

報道関係各位

2017年6月30日(金)

たる研通信 vol. 42

～ ドクターシーラボ『顔のたるみ研究所』がお届けするニュースレターです ～

梅雨の時期に
要注意!

今、肌と向き合うことが必要です!



そのテカリ、たるみの原因かも!?



梅雨が本格的に始まりました。雨によって湿気が増えたことで、「皮脂(テカリ)も出てきて、肌がうるおい始めた」と思っている人も多いのではないのでしょうか？しかしそれは大きな間違いかもしれません。その正体は、梅雨に起こりがちな「乾燥から生じる皮脂(テカリ)」。そしてそれを放置すると、いつの間にか顔のたるみにつながってしまうのです。今月は、ドクターシーラボ「顔のたるみ研究所」が実施したアンケート調査からみえてきた、梅雨の時期に陥りやすい意外な肌トラブルと、本当に必要なスキンケアをお伝えします。

アンケート調査結果

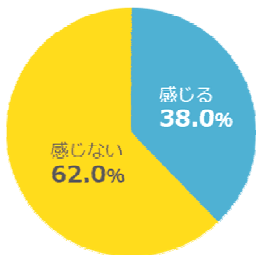
(調査概要: WEBアンケート調査20～59歳女性473名 / 調査期間: 2017年6月21日(火)～22日(水))

■乾燥肌・普通肌の3人にひとり「梅雨の湿気で肌がうるおった」と思っていた

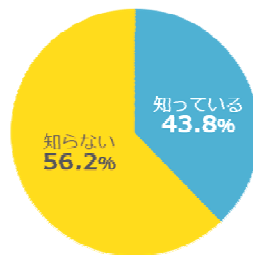
まずは乾燥肌または普通肌だと自覚している女性に、「この梅雨の時期、テカリ(皮脂)が出てきたことで肌がうるおったと感じているか」を調査しました。結果、38%の人が「感じる」と回答し、3人にひとり「梅雨の湿気で、肌がうるおった」と思っていることが判明。しかし、そこには大きな落とし穴が！実は皮脂は乾燥していればしているほど、分泌されるものなのです。

そこで、「乾燥しているサインとして、皮脂が出ることを知っているか」についても聞いたところ、その事実を知っている人はなんと43.8%で半数以下！「最近肌もカサカサしていないし、皮脂も出てきているから保湿は抑えめでいいかも？」と感じている人の肌は、もしかしたら乾燥状態にあるかもしれません。湿気が多い今の季節ほど、このような皮脂に関する間違った考えを抱きがちなので注意が必要です。

Q. この梅雨の時期
テカリ(皮脂)が
出てきたことで
肌がうるおったと
感じますか？



Q. 乾燥しているサインとして、皮脂が出ることを知っていますか？



一肌を守るために皮脂は出ている

皮脂は肌の表面を覆うことで水分の蒸発を防ぐとともに、肌を弱酸性に保ち、菌や外的刺激から守るバリア機能の役割を担っています。

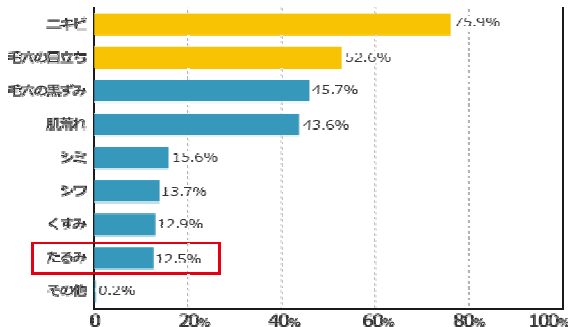
しかし一方で肌の乾燥を察知すると、そのバリア機能の低下を補うために皮脂は過剰に分泌してしまうのです。

■皮脂もたるみの原因だと知っている人はたったの1割!

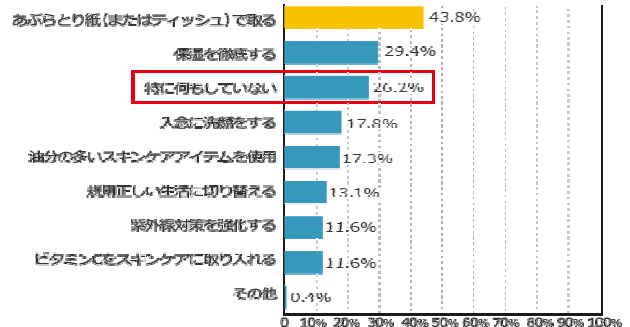
皮脂が過剰に出ることによって生じる肌トラブルの内容についての調査を実施した結果、半数以上は「ニキビ(75.9%)」「毛穴目立ち(52.6%)」と回答。一方で「たるみ(12.5%)」と回答した人はたったの約1割となりました。

皮脂による肌トラブルとして広く知られているのは思春期に出やすい「ニキビ」や「毛穴目立ち」などで、大人の肌悩みとしてあがる「たるみ」や「シワ」に関しては皮脂と関係がないと思っている人が多いようです。また、皮脂(テカリ)の対策についても調査したところ、最も多かった回答としては「あぶらとり紙(またはティッシュ)で取る(43.8%)」となり、次いで大きく差が開いて「保湿を徹底する(29.4%)」となりました。一方で、「特に何もしていない(26.2%)」という回答が3番目に。皮脂への対策として、こまめにケアを行っている人が大多数を占める一方で、3割近くの人が何も行っていないということが判明しました。

Q. 皮脂が過剰に出ることによって起こる肌トラブルとして、知っている内容を教えてください。



Q. 皮脂(テカリ)の対策として行っていることを教えてください。



皮脂とたるみの関係は？そして、今日からできる対策もお伝えします！ 詳細は次頁へ▼

皮脂が酸化することで、たるみが発生！！



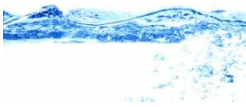
皮脂による肌トラブルは、ニキビや毛穴目立ちと思われがちですが、顔のたるみも実は大きく関係しています。食用の油と同様に、皮脂も時間が経てば酸化し劣化します。そして肌にとって刺激を与える物質となるため、皮脂分泌を上手にコントロールすることが美肌にとって不可欠。

皮脂によって肌トラブルが起こる過程としては、時間の経過とともに酸化した皮脂が「過酸化脂質」へと変化し、肌そのものを酸化させ、細胞を破壊することからたるみやシワを引き起こします。

さらに皮脂によって毛穴が詰まりやすくなり、アクネ菌と混ざり合うことで炎症となりニキビが出来てしまうことも。汗についても同じことが言え、放置することで本来弱酸性の肌がアルカリ性に傾き、抵抗力を低下させ、雑菌が繁殖しやすい環境を作り出してしまいます。そして肌自体にダメージを与え、様々な肌トラブルを招くため、こまめに汗を拭くことで未然に防ぎましょう。

今日から始める、皮脂を制する4つの美肌ケア

保湿の強化



美肌には保湿の徹底が第一。

皮脂を抑えようとして化粧水だけでスキンケアを終わらせている人は、要注意！化粧水の後に、乳液やクリームなどで蓋をしないと水分が蒸発し、更なる乾燥を招きます。

その対策としておすすめなのは、化粧水を何度かに分けてしっかりと肌に入れ、乳液等で蓋をする“入念なケア”。こうすることで肌は見違えるように水分に満ちてうるおった状態へと変化します。

また、ゲルタイプのスキンケアアイテムも効果的です。ゲルには水分を多く含み、蒸発しないようにしっかりと抱え込む性質があります。クリームのような重たさがなく、しっかりと保湿をしながらも快適な感触で、これからの季節に最適と言えます。

ビタミンCを取り入れる



“美肌ビタミン”と言われているビタミンCですが、実はいまの季節に打ってつけ。

スキンケアアイテムに配合される美容成分ビタミンCは、美白や毛穴ケアだけでなく、過剰な皮脂の抑制、コラーゲン合成促進によるたるみ対策など、万能なスキンケア成分なのです。

さらにおすすめなのが、従来のビタミンC誘導体と比べ100倍の浸透力を誇る、美容成分「浸透型ビタミンC“APPS”」。これまでのビタミンCよりも肌の奥に浸透し、しっかりと効果を持続させるためAPPS配合アイテムを使用することで美肌効果も格段にアップ。

もちろん、APPS配合量が多いほど、その効果は絶大。これまで、美容液はシミやたるみなど欲しい効果によって使い分ける人が大半でしたが、APPS配合の美容液はマルチにケアができるため、たるみやシミ、シワ、乾燥といった「大人の肌悩みをこれひとつでケア」できます。

正しい洗顔を行う

間違った洗顔は乾燥を招くもと。「やさしく、適温で、よくすすぐ」ということが大切です。まず、洗顔料はしっかりと泡立て、泡をクッションにしながらやさしく洗いましょう。

次に、33～35℃くらいのぬるま湯で行うことが鉄則。温度が高すぎるとは皮脂を取り過ぎてしまい乾燥を招き、低過ぎるとは毛穴が閉じてしまうことで汚れが落ちないというデメリットがあります。

最後に、すすぎは20～30回を目安に行い、洗浄成分が肌に残って肌トラブルを生じさせないように気を付け、トラブルのない美肌を保ちましょう。

紫外線を徹底的にブロック

肌老化の8割は紫外線によるものと言われています。

あらゆる肌トラブルを直接的に引き起こすだけでなく、皮脂を酸化させてしまうことで、たるみやニキビ、毛穴などといったトラブルを間接的に引き起こすという一面も。まさに皮脂(テカリ)がある状態で紫外線を浴び続けると、肌トラブルの悪循環に陥ることになるのです。

これをくい止めるには、やはり日焼け止め。日常的に紫外線カット効果の高い日焼け止めを使用し、こまめに塗り直すなど意識して対策をしていきましょう。

※こちらの特集詳細は、「顔のたるみ研究所」へ！
<http://www.tarumi-labo.com/special/2513/>

顔のたるみ研究所

検索

お問い合わせ先：(株)ドクターシーラボ 宣伝部 広報グループ
TEL:03-6419-2508(直通) FAX:03-6419-2550 info@tarumi-labo.com
顔のたるみ研究所担当：伊尾知(イオチ)