

海の森の使い始めはよかったのですが、使い続けると思ったほどの保湿感や肌の改善が見られないので、以前使っていた化粧水を使いだしました。海の森を使う前の肌状態に戻ってしまい、再度海の森を使い始めたら、はじめて海の森を使い始めたときと同じように、使い始めはよかったのですが、使い続けると、今回も同じように保湿感や肌の変化に物足りなくなってきました。使い続けようか止めようか迷っています。

海の森の成分は微量で、しかも化学物質を一切使用していませんので、低刺激になっています。そのため、弱ったお肌に負担をかけることなく、お肌本来の皮膚生理機能(皮脂分泌機能や表皮新陳代謝機能)を回復していきます。

弱ったお肌とは、刺激に対して弱くなっている肌のことをいい、敏感肌になっています。皮膚トラブルを起こしやすい肌状態にあります。

刺激に弱いお肌の角質層の表面は、皮脂分泌機能が低下し、皮脂が少なく正常に皮脂膜が形成できず刺激物質に弱くなって、しかも滑らかでない。表皮新陳代謝が乱れ、角質細胞の中に NMF が少ない。細胞間脂質が少ない。角質細胞の水分保持機能が低下した状態です。また、細胞間のスキマが大きく、刺激物質に侵されやすくなっています。

初めて海の森を使ったとき、「使い始めはよかった」ということになるのは、海の森が低刺激で皮膚表面に薄い膜をつくり水洗いなどで簡単に落とせ、細胞間のスキマに残っても肌に悪影響を与えないからであります。ではなぜ、はじめよかった海の森を使い続けると、思ったほどの改善が見られないということで、海の森に物足りなさを感じるようになるのでしょうか。

実は、その物足りなさと言うのは、肌が改善途中で完全に正常な皮膚機能を取り戻していない状態で、正常な皮膚機能を取り戻すとなくなります。角質細胞の水分保持能力が低下し、皮膚表面の皮脂膜が不十分で外部からの刺激に大変弱くなっているお肌が正常な皮膚機能を取り戻すには、皮膚表面に薄い膜をつくり、とにかく刺激を防ぐことが一番大切です。その他に、①使用するクレンジング・洗顔剤は、また、どうしてもクリーム・乳液を使用する場合は、できる限り少量にする。ゴシゴシ洗顔は避ける。②ファンデーションをつけ過ぎる・こすり過ぎる。③マッサージ・パックのしすぎを避けるなどを心がけてください。

お肌の生理機能が回復する途中で、肌改善が見られないからと言って、むやみにクリームや乳液による油分補給に頼るケアは、皮膚表面を滑らかにしますが、逆に刺激が強すぎるため、肌本来の皮膚機能の回復速度をさらに遅らせ、場合によっては皮膚機能を再び弱めていく場合もあるかと思えます。

また、肌改善の過程(ターンオーバー)には、精神的ストレスや食生活、住環境の変化、季節の変わり目や生理・妊娠などによる女性特有の体調の変化が大きく影響しています。