

森海混の効果的な使用方法

多少時間はかかっても、下記の方法を継続することで、
地肌の乾燥、フケ、痒み、パサツキ、ニオイなどが気にならなくなります。

1日2回(朝・晩)、1回の目安:10プッシュ

朝:起床後

夜:お風呂上がりの髪の毛を乾かした後

●地肌を意識してスプレー

1. 地肌全体に直接スプレー(髪の毛よりも地肌を意識してスプレーすることがポイント)。地肌にスプレーすることで、地肌の働き(自然治癒力)がスムーズに行われます。地肌の乾燥、フケ、痒み、ニオイが気になる方は、気になる部位(地肌)にしっかりスプレーします。シャンプー後、リンスやトリートメントは不要です。
2. スプレー後は、森海混を伸ばすようなイメージで地肌になじませます。この時、両手で頭を包むように指の腹を使って軽く地肌を揉みほぐしながら行くと血行が促進されより効果的です。

※パサツキが気になる方もまずは地肌全体にスプレー。その後、髪の毛(気になる部分)に直接適量スプレー。日中もパサツキが気になる場合、髪の毛に直接適量スプレーしてください。

●ダメージが気になる方におすすめ「お湯洗髪」

お湯(ぬるま湯)だけで洗髪する方法。シャンプー(石鹼シャンプー含む)は使用しません。普段の汚れ(皮脂・汗)の約8割はお湯で落ちると言われています。残り約2割は、乾燥や紫外線から髪の毛(地肌)を守るために必要です。髪の毛・地肌のトラブルは、洗いすぎが要因と言っても過言ではありません。トラブルが気になる方、健康な毛髪・地肌を保ちたい方におすすめです。お湯洗髪に抵抗ある場合は、1回のシャンプー使用量を減らすだけでも効果的です(整髪剤使用時は、シャンプーが必要となります)。

※お湯洗髪を取り入れると稀にフケが出るがありますが、地肌の働きがスムーズになるにつれ治まっていきます。

森海混を使用するにあたって

●森海混を使用して、地肌が痒くなった時

森海混を使用すると、稀に地肌に痒みが現れることがあります。特に地肌の弱い方の使い始めに現れることが多いですが、基本的に問題ありません（詳しくは、下記※参照ください）。

これらの症状が出た時は、希釈（薄める）してからの使用をおすすめします。痒みが治まるまで希釈して使用し、痒みが治まれば直接地肌にスプレーしてください。

希釈方法：（1を行っても痒みや刺激を感じる場合は、2を行います）

1. お風呂上がりの地肌・毛髪が少し濡れた状態（半乾き）でスプレーしてください。
2. お湯を入れた洗面器に森海混を目安として10プッシュ程度スプレーし、お風呂から上がる直前に頭の上からかけ流します。

※地肌が痒くなる原因：

森海混を使用して地肌が痒くなるのは、成分による刺激ではなく、地肌の働き（自然治癒力）の低下による保湿力のない角質層の形成が大きな原因です。時間はかかっても、地肌の働きがスムーズになるにつれ鎮静化していきます。

また、今まで高濃度の抗炎症剤（化学薬剤）の入った商品を使用していた方が、低濃度の抗炎症成分（天然成分）含有の森海混に切り替えると、抗炎症剤によって抑えられていた反応（痒み）が出る場合があります。この場合も地肌の働きがスムーズになることで治まっていきます。但し、地肌に合わない場合はご使用をおやめください。