

# ニキビ対策「毛穴の塞ぎを解消する」

ニキビは、毛穴の角質肥厚による毛穴の塞がりから始まります。海の森化粧品は、ピーリング剤や殺菌剤を用いて一時的にニキビを抑える従来のニキビスキンケアとは違い、バリアスキンケアで角質肥厚による毛穴の塞ぎを解消し、ニキビを繰り返さない肌をサポートします。なお、炎症性のニキビ(中等症～最重症)など、スキンケアでおさまらない場合は、医師処方薬(アダパレン、ケミカルピーリング)を、微量・短期間用いて落ち着かせます。

ニキビの原因:ニキビ肌では、洗顔のしすぎや保湿化粧品の使い過ぎなどにより、皮膚バリアが壊れターンオーバー(表皮新陳代謝)が乱れています。ターンオーバーが乱れると、乾燥や紫外線などの外部刺激から肌を守ろうと、毛穴出口の角質層が徐々に肥厚し毛穴が塞がります<sup>※1</sup>。毛穴が塞がると、毛穴内に皮脂が貯留し、まず白/黒ニキビ(非炎症性)が形成されます。次に、皮脂(正確には油滴)をエサにするニキビ菌が増殖することで赤ニキビ(炎症性)が形成されます。赤ニキビの後、膿をもった黄ニキビができ、通常黄ニキビの後には、ニキビ跡を残さず治癒していきませんが、同じ部位に繰り返しニキビができたり、ニキビをつぶしたりして、炎症が真皮・皮下脂肪まで至ると、後にクレーターのようなニキビ跡を残します。なお、ニキビ菌(アクネ菌)はどの方の皮膚にも存在する菌で、通常悪さをすることはありませんが、毛穴が塞がり、毛穴内で増殖した時にニキビを引き起こします。

## ●従来のニキビスキンケア「ピーリング剤・殺菌剤・抗炎症剤で一時的にニキビを抑える」

洗顔剤やピーリング剤を用いて毛穴を塞いでいる角質を取り除く(正常な角質も取り除く場合あり)/アルコールや殺菌剤を用いてアクネ菌を殺菌する/抗炎症剤を用いて一時的に炎症を抑えるケアが中心です。何れのケアも使用直後は症状がおさまりますが、配合の合成界面活性剤やアルコールが皮膚バリアを壊し、かえって毛穴が塞がるため、継続使用はニキビの繰り返しや悪化につながりやすくなります。

## ●海の森化粧品「バリアスキンケアで症状を繰り返さない肌に」

海の森化粧品は、①含有のタンパク分解酵素の働きが、毛穴を塞いでいる古い角質を取り除く(正常な角質は取りません)②タイプ1のセラミド: ビタミンE 含むリノール酸が、皮膚バリアを修復します。結果、正常なターンオーバーとなり、毛穴周囲の角質肥厚による毛穴の塞ぎが解消されるため、ニキビ菌が増殖しにくい毛穴環境になります。多少時間はかかっても、ニキビを繰り返さない肌へ導きます。含有する油分は微量のため、毛穴を塞ぐ心配はありません。なお、ニキビがより気になる方は、「海森水」に比べて抗菌・抗炎症作用のある「髭水」の使用を。また、ティッシュやコットンなどにスプレーして、気になる部位へのパックをおすすめします。

### ※1 毛穴が塞がる原因

ゴシゴシ洗顔/洗顔のしすぎ、洗顔料(クレンジングクリーム・石けん・洗顔クリームなど)、ピーリング、保湿化粧品(乳液・クリーム・美容液・オイル・ゲルなど)、メイク、日焼け止めの使用、脂性肌、食事摩擦や配合の合成界面活性剤・アルコールが、過剰に角質を取り除く(角質バリアを壊す)ことで、また配合の油分そのものが毛穴を塞ぎます。脂性(オイリー)肌やファストフードやインスタント食品、お菓子など、脂肪分の多い物や糖質をたくさん摂取しすぎること、油滴増加につながり毛穴を塞ぐ遠因になります。

### 脂性(オイリー)肌の注意事項:

洗顔・保湿・殺菌のしすぎはかえって脂性肌悪化につながります。海の森化粧品に含油する脂肪分解酵素・リノール酸(油分)がベタベタ皮脂を薄めてサラサラ皮脂に変えることで、脂性肌を解消します。

### 思春期ニキビ

ホルモンバランスの影響により、皮脂(油滴)量の増加が大きな原因です。思春期ニキビのほとんどは、時間が経てば自然におさまるため、バリアスキンケアで悪化しないようにすることがスキンケアのポイントです。