

保湿液を使用する場合

-使用量は「極微量」。おすすめはワセリン軟膏-

海の森化粧品の使い始めや季節の変わり目など、海の森化粧品のみで、どうしてもつっぱり、ザラザラ、粉が吹くなどが気になるときは、一時的に保湿液を使用します。その場合、「ワセリン軟膏」の使用をおすすめします。ワセリンが苦手な方は、乳液・クリーム、美容液、オイル、ゲルなどの保湿液を使用します。何れも使用する際は、①使用量は極微量②使用範囲は限定的に③刷り込むのではなく、皮膚表面に乗せるようなイメージで塗布します。

●おすすめは「ワセリン」軟膏

保湿液は、一時的に乾燥症状を消す効果には優れていますが、ほとんどの保湿液には合成界面活性剤やアルコール、化学薬剤、多量の油分が配合されており、肌の乾燥を含めた肌トラブルを改善する効果は期待できない(むしろ継続使用は悪化する)ため、本来使用しないのが一番です。しかし、無理に使用を控え続けることもストレス(内的/精神的ストレス)となり、肌力低下につながる場合もあります。そのため、海の森化粧品のみで、どうしてもつっぱり、ザラザラ、粉が吹くなどが気になる時(辛抱できない時)は、一時的に保湿液を使用します。その場合、おすすめはワセリン。合成界面活性剤やアルコールが配合されていない点では、アルガンオイル・オリーブオイルなどの植物オイルや馬油などの100%オイルも同じですが、これらのオイルよりも分子が大きいので、肌に浸透しにくく皮膚表面にとどまるワセリンの使用をおすすめします(浸透すると肌力、特にターンオーバーの妨げにつながります)。ただし、ワセリンであっても、使用量が多すぎると肌力低下につながるため、使用量を抑える(極微量にする)ことが大切です。

※ワセリンが手元がない、あるいは使用感が苦手という方は、乳液・クリーム・美容液・ゲルなどの保湿液をお使いいただいても構いませんが、大半の保湿液には合成界面活性剤やアルコールが配合されており、皮膚バリアを壊し、肌力低下に拍車がかかるため、特に使用量(極微量にする)には気をつけます。

●使用量の目安「極微量」。指で薄く伸ばしてから塗布

一般的に1回の保湿液の使用量の目安は、100円玉大や1円玉大、あずき粒程度とされています。しかし、1日の皮脂分泌量をもっとも多いとされる20-30代の肌(全身:1日約1~2g。顔:約0.03~0.04g)から見ても、上記の量でも多すぎます。保湿液を使用する場合は、極微量(皮脂量程度)に抑えることが何より大切と考えます。肌力への負担が最も低いとされるワセリン軟膏であっても、長期間、また使用量が多すぎると肌力低下につながり、肌トラブルは一向に改善されません。厚塗りをせず・乾燥などが気になる部位限定で使用します。また、すり込むのではなく、指で薄く伸ばしてから、皮膚表面に乗せるような感覚でやさしく塗布します。なお、ニキビには、ワセリン軟膏を使用することはできません。

※乳液・クリーム、美容液、ゲルを使用する場合：

お手持ちの乳液・クリームなどの保湿液を海森水で希釈して使用します



1. 手のひらに通常の使用量の半分の保湿液をのせ、そこへ海森水(髭水)を1~2プッシュ程度スプレーします。やさしく混ぜ合わせて、海森水と保湿液を馴染ませてください。
2. 乾燥する顔の部位に手を押し付けるようにして、やさしくつけてください。
3. 乾燥状態に合わせて、保湿液の使用量を調整してください。

保湿液の使用量を最小限に抑えることができます。

※全ての方に同じ効果を保証するものではありません。肌に合わない場合は使用を中止してください。