

# ニキビ対策「毛穴の塞ぎを解消する」

ニキビが気になる方の肌では、慢性的に皮膚バリアが壊れ、ターンオーバーが早くなっています。そのため、本来垢として剥がれ落ちる古い角質が毛穴内に剥がれ落ち、毛穴が塞がることでニキビが起こります。海の森化粧品は、ピーリング剤や殺菌剤・抗炎症剤を用いて、一時的にニキビを抑える従来のニキビケアとは違い、壊れた皮膚バリアを修復するバリアケアで、ターンオーバーがスムーズに機能するようサポートします。多少時間はかかっても、毛穴の塞がり解消につれ、ニキビを繰り返さなくなります。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、医師処方殺菌剤を、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、空気の乾燥、紫外線、菌増殖、化粧品などの刺激から肌を守る皮膚バリアが壊れ、様々な外部刺激から肌を守ろうと、ターンオーバー(表皮新陳代謝)が早くなっています。ターンオーバーが早くなると、未熟でもろい角質が毛穴周囲に量産され、この角質がポロポロ毛穴内に剥がれ落ち、ほこりや皮脂、メイク・洗顔料・化粧品などの残留物が混じり合うことで角栓が形成され毛穴が塞がります<sup>※1</sup>。

毛穴が塞がると、毛穴内に皮脂が貯留し、まず白ニキビができ、皮脂が酸化することで黒ニキビ(何れも非炎症性)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、黄色ブドウ球菌により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すが、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、皮脂をつくる上でとても大切な菌です。また、ニキビを化膿して悪化させるのは黄色ブドウ球菌という菌ですが、皮膚が健康な弱酸性であれば、菌増殖は抑制され、通常悪さをすることはありません。菌を殺すだけのニキビケアは、一考を要すると考えます。

## ●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や角栓を取り除く(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、継続使用すると、ニキビを繰り返す・悪化につながるなど、根本的なニキビ対策になりません。

## ●海の森化粧品「根本的なニキビ対策とは、バリアスキンケアで症状を繰り返さない肌」

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や角栓を取り除く(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や角栓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、また皮膚環境を弱酸性にしてニキビを化膿させる黄色ブドウ球菌の増殖を抑制します。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」に比べて弱酸性力・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、過剰に正常な角質を取り除く(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。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、ベタベタ皮脂(油滴)の増加につながり、ニキビ原因や遠因である毛穴を塞ぐや脂性(オイリー)肌になります。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。

### 思春期ニキビ対策: ニキビが悪化しないようにバリアケア

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。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、海の森スキンケアでバリアを修復し、ターンオーバーを正常に戻し、毛穴の塞ぎを解消する。皮膚環境を弱酸性にする。そして、ニキビ菌や黄色ブドウ球菌などが増殖しないような皮膚環境にすることがポイントです。