片桐衣理さん
衣理クリニック表参道 院長
典型的なコンビネーション肌だったのが、W洗顔をやめ、丁寧に保湿するようになって好転。コットンパック後、さらに化粧水をなじませる"Wローション"で美肌に磨きをかけてます。

最近顕著なのは大人ニキビの低年齢化。

20代に入って、ストレスやホルモンバランスの乱れから、あごの周りにできる治りにくいタイプの赤ニキビに悩まされました。10代とは違って代謝が低下するため、しっかり保湿してバリア機能を高めるケアが正解。ですが、当時はW洗顔による洗いすぎや、さっぱり系スキンケアで乾燥させるなど、肌を傷めるようなことばかりしていました。大いに反省です。そして最近感じているのは、大人ニキビの低年齢化。10代〜20代前半、いわゆる青春ニキビの年齢でも、大人ニキビの状態に陥っているケースがほとんど。一概に年齢だけでケア方法を決められなくなっています。

〈右から〉「たっぷりのヒアルロン酸で洗いながら保湿し、肌の抵抗力を高めます」。イースペシャル クレンジングジェル 220㎖ ¥7,350／MEDICAL BEAUTY LABO（美人製造研究所）「ハトムギの鎮静&保湿効果で刺激も少なく、炎症ニキビにも使用可」。薬用スキンコンディショナー エッセンシャル〈医薬部外品〉165㎖ ¥5,250／ALBION（アルビオン）