

デリケートな春肌を守る、

Wの対策!

Make Up

BODY

メイクアップ機能+αのアイテムが◎

体の内外からブロック!

ベースメイク

- 体外の異物に反応しやすい春の肌。防腐剤や香料などが多く含まれているベースメイクアイテムによるトラブルに悩まされている方も多いようです。スキンケア効果のあるものなら日中の素肌をケアしてくれるので安心。
- この時期から紫外線がどんどん強くなるので、UV対策も必須です。
- 肌への負担を最小限に抑えるよう、ソフトタッチのせていきましょう。

ポイントメイク

- 花粉症などで目をこすってしまい、まつ毛が抜けやすくなっている人は、美容液をベースにしたアイラインやマスカラで、まつ毛をいたわりながらのメイクアップがおすすめです。

メイク道具のお手入れもお忘れなく!

- 直接肌に触れるスポンジやパフ、ブラシには、汗や皮脂、ホコリなどが染み込んでいます。春のデリケートな肌に異物は天敵。それぞれにあったお手入れ方法で、清潔に保ちましょう。

アレルギーの原因となる物質をシャットアウト

- 外出時にはマスクをして、空気中の浮遊物を吸い込まないようにしましょう。
- 帰宅したらすぐに、うがい・手洗い・洗顔をしましょう。外出時の服の洗濯や入浴もなるべく早く済ませて、付着物を溜め込まないようにしましょう。
- 部屋の掃除はこまめに行いましょう。用心していても、黄砂・花粉・ちり・ホコリは室内へ侵入してしまうことがあります。

体調を整える

- バランスの良い食事を摂りましょう。
- ストレスを溜め込まず、十分な休養をとりましょう。精神的な安らぎのため、ゆったりとお風呂につかったり、お香・アロマテラピーなどもおすすめです。睡眠不足にも注意しましょう。

肌トラブルが
起こりやすい
季節

気温の変化 + 体調の変化 = 敏感肌

春肌を整える アレルギー対策とメイクアイテム選び

暖かく陽気な日差しが心地よい春。しかし、花粉症に悩まされている方にとっては、つらい時期でもありますよね。季節の変わり目である春先は、体が敏感になり、様々なアレルギー症状を引き起こしやすく、肌も荒れがちになります。

寒い冬から暖かくなると、体は環境の変化に対応しようとします。新陳代謝が活発になってホルモンの分泌が盛んになり、皮膚表面では皮脂や汗の分泌量が増えます。春になると、かぶれや吹き出物などの肌トラブルが発生しやすいのは、こういった体調の変化によるものです。花粉症などのアレルギー体質ではない人でも、肌が異物に反応しやすくなっています。

そんな春のデリケート肌を守るためには、アレルギー症状を最小限に抑える工夫が大切です。さらに、長時間、直接肌に触れるメイクアイテムの選び方も見直して、肌へのダメージを回避しましょう。

あなたの肌は大丈夫!?

春ダメージCheck✓

- 花粉症で鼻をかんだり目をごする
- 睡眠不足・ストレスフルな生活
- 短時間の外出なら日焼け止めは塗らない
- ファンデーションを塗ると肌に違和感がある
- 部屋がホコリっぽい

WARNING
チェックが2つ以上の方は要注意!

“黄砂”にご注意を!

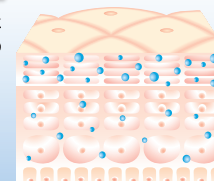
東アジアの砂漠地域や黄土地帯から、強風によって大気中に舞い上がった黄砂粒子が浮遊しつつ降下する現象のことを、「黄砂現象」といいます。日本では特に春に観測されることが多く、空が黄褐色に煙っているのを見たことがある方も多いのではないでしょうか。近年、洗濯物や車が汚れるといった被害だけでなく、黄砂に付着した化学物質の影響で、健康を脅かされるケースも増加。目・鼻・喉の不調だけでなく、花粉症・喘息・アトピーといったアレルギー症状の悪化まで見られます。この時期に外に出て、目・鼻・喉の不快感を感じたら、原因の一つとして黄砂が考えられます。外出前には、飛散情報をこまめにチェックしましょう。



春の敏感肌とは?

正常な肌

皮脂膜や細胞間脂質がバリアとなって、水分の蒸発や、外部からの刺激の進入を防いでいます。



敏感になっているときの肌

肌を守るバリアが崩れると、水分を保つことができなくなります。また、外部の刺激をまともに受けてしまい、炎症を起こして赤くなったり、吹き出物ができたりします。

