



なかなか治らない

皮膚疾患に

悩んでいませんか？

[進化する、原点に戻る、]

全国3,000件を超す
モニター事例より
研究開発を
行いました

新療法で

改善します

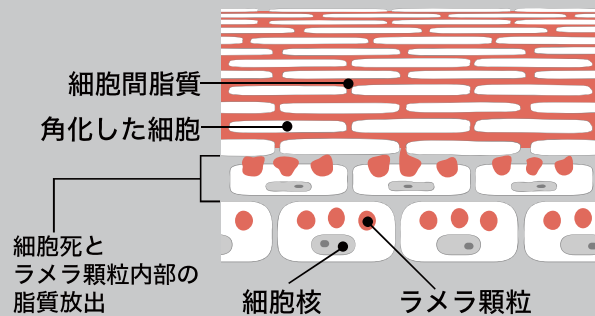


皮膚疾患はどうして起こるの？

皮膚疾患の多くは、「一次刺激性物質」との接触により起こるのです。

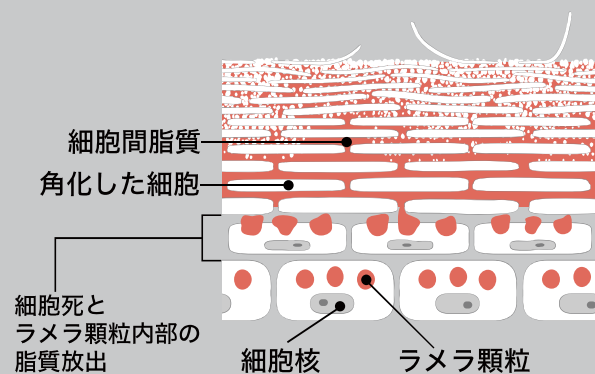
健康な肌

角質層が整い、
保護機能を果たしています。



「一次刺激性物質」接触後

角質層が乱れ、
細胞間脂質が変性・脱脂されて
接着力を失い、皮膚生理が
妨げられてしまっています。



日常生活で何気なく使用している、ほとんどの化粧品や生活用品に、「一次刺激性物質」が使われています。

「一次刺激性物質」とは、接触することで皮膚炎等を誰にでも起こす可能性のある物質のことです。

そのような化粧品や日用品を使用することで、誰にでも皮膚炎等が起こりうるはずですが、実際には症状が出る人と出ない人がいます。肌の強さには個人差があるためです。

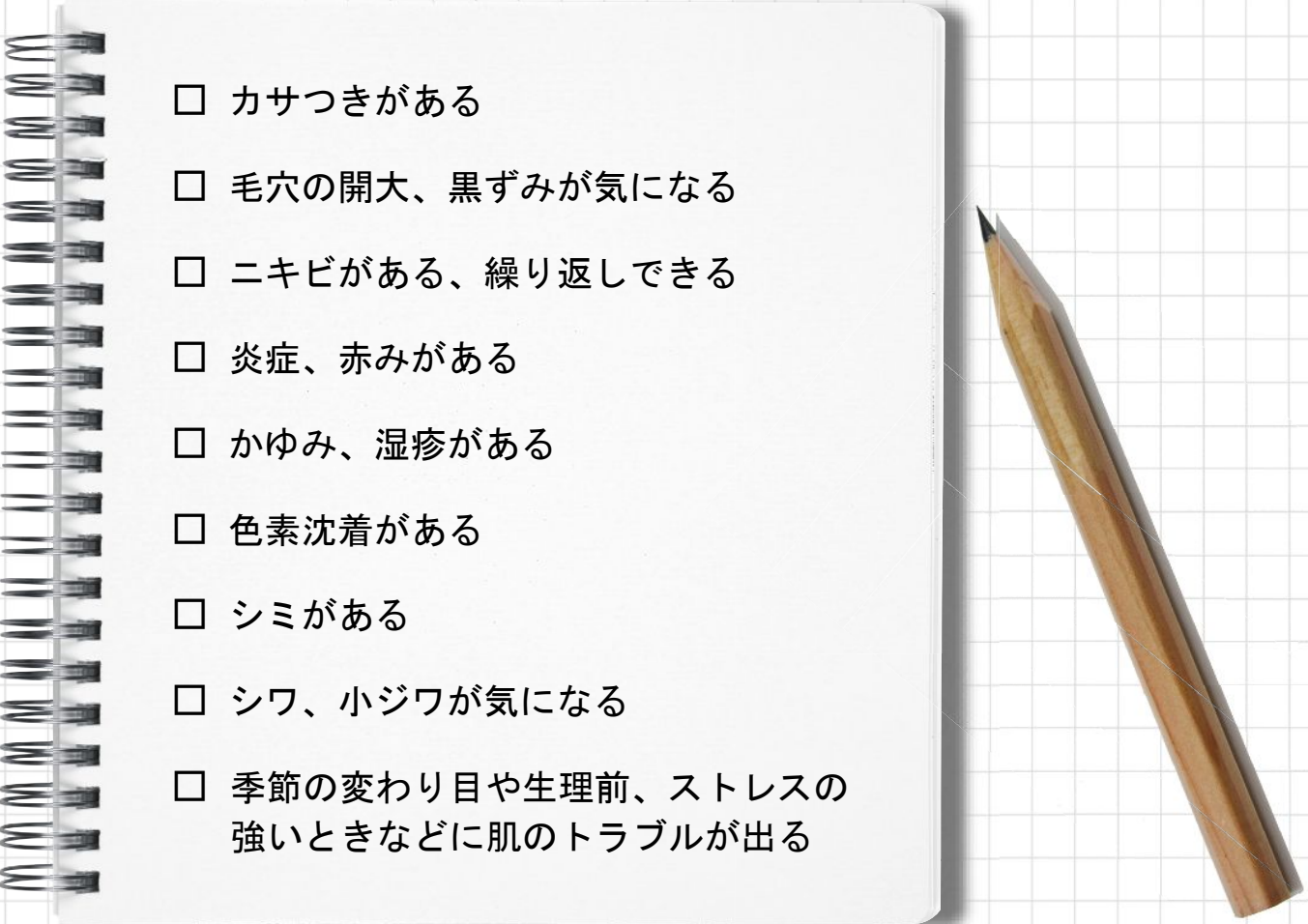
何を使っても肌がきれいな人が、きっと周りにいることでしょう。慢性的に肌にかさつき、ニキビ、炎症、赤み、かゆみ、シミ、シワ等のトラブルがある方、時期によってトラブルが現れる方は、肌の弱い接触性過敏かもしれません。

接触性過敏は、「一次刺激性物質」に肌を触れさせないようにすることで改善することができます。

身の回りの「一次刺激性物質」の例

- 生活用品 柔軟剤、蛍光増白剤、抗菌剤、布製品用消臭、除菌スプレー、油脂系洗濯洗剤、石けん洗剤、粉末洗剤の布地への残留物、使い捨てマスク、クリーニングに出した衣類
- 化粧品 基礎化粧品、メイクアップ化粧品
- ヘアケア用品 シャンプー、リンス、トリートメント、整髪料
- 洗剤 クレンジング、石けん、ボディシャンプー、メイク落としシート

顔、身体、頭皮にこんな症状がないか、チェックしてみましょう。

- 
- カサつきがある
 - 毛穴の開大、黒ずみが気になる
 - ニキビがある、繰り返しできる
 - 炎症、赤みがある
 - かゆみ、湿疹がある
 - 色素沈着がある
 - シミがある
 - シワ、小ジワが気になる
 - 季節の変わり目や生理前、ストレスの強いときなどに肌のトラブルが出る

一つでもチェックがついた方は接触性過敏かもしれません。
接触性過敏を改善するために、二つの新療法をご紹介します。

【新療法 1】 非接触療法

一次刺激性物質に肌を触れさせないようにして皮膚疾患の悪化を防ぐ方法です。全ての一次刺激性物質と接触しないようにすることは難しいかもしれませんが、日常生活で気をつけることは、8項目のみです。

医師の指導に従い、下記のことを行なってください。

1. 美容液、乳液、クリームなどしっとりするものを使わない。
2. 日常生活では日焼け止めを使用しない。
3. 肌の調子が悪いときはファンデーションを使用しない。
どうしても使用する場合は、界面活性剤やシリコンが使用されていないパウダータイプのものを、下地を使わずに肌につける。
4. メイクをしたときは、クレンジングは部分的に使い、ファンデーションはお湯と手ぬぐいのみで落とす。メイクをしていないときはお湯のみで洗う。
5. 身体にボディソープや石けんを使用しない。(入浴剤も含む)
6. シャンプー・リンスを使用せずお湯のみで洗髪する。
7. 石けんや重曹などのアルカリ剤や、柔軟剤、蛍光増白剤が含まれている洗剤で洗濯をしない。
8. クリーニングに出した衣類や、除菌・消臭スプレーをしたものは、直接肌に触れないようにする。

洗濯洗剤の切り替えとお湯のみでの洗髪は特に重要です。

■洗濯洗剤代替品

蛍光増白剤・柔軟剤無配合で
油脂系でない洗濯洗剤は、
右の製品のみです。

衣類や寝具は日常的に触れて
いるものです。すぐに切り替え、
他の洗剤で洗ったものは、数回
洗い直しましょう。

【洗濯用アルカリ洗剤】



レメッド洗濯洗剤



ライオン
トップクリアキッド

【洗濯用中性洗剤】



レメッド中性洗剤

■シャンプー代替品

お湯洗髪へのステップとして、
右の代替品を使うこともできます。



ASVC 22

小麦粉シャンプー

お湯洗髪を試みましょう

慣れるまでは以下の手順で、7~10分を目安に洗いましょう。

※あると便利なもの

- ・綿手袋……………綿手袋をしてお湯洗髪を行なうと地肌や髪のべたつきが取れやすくなります。
- ・目の粗いくし…洗髪時や洗いあがりの髪をとかすときに使うと髪が絡まりにくくなります。

- 1 獣毛のブラシで髪をよくブラッシングします。
とかす方向を変えながら、念入りにブラッシングすることがポイントです。



- 2 シャワーヘッドを手に持ち、地肌近くに強めにお湯を当てながら指の腹を使って丁寧に地肌を洗っていきます。シャワーを当てる位置を少しずつ移動させながら、まんべんなく洗います。



- 3 頭皮のべたつきの状態を指で確かめながら、2回程度繰り返します。髪の根元を洗うようにすると、さっぱりします。



- 4 すすぎはシャワーで充分時間をかけ、指で髪をとかすように洗います。

- 5 タオルでよく水分をとり、すぐにドライヤーで乾かしてください。



■地肌をゴシゴシ強く洗うと、フケの原因になります。綿手袋を使ったときも同じです。やさしくマッサージするように洗いましょう。

■手に脂がついていると、いつまでもべたつきが取れないように感じられます。一度濡れたタオルで手を拭いてから、再度触れてみてください。

■髪は毎日洗いましょう。毎日頭皮の皮脂膜と常在菌(肌を守る菌)を入れ替えることが、かゆみやにおいを防ぐことにつながります。

日常生活の中での一次刺激性物質との接触場面

以下の状況で肌の状態が悪くなったという報告もあるので、ご注意ください。

- ・ **抗菌剤配合の洗濯ボールを使用する**
→抗菌剤が洗濯槽や衣類に残留している。
- ・ **洗濯ボールのみで洗浄する**
→新品のとき施されていた衣類の柔軟仕上げが残留している。
- ・ **過去に石けん洗濯をしていた**
→洗濯槽に石けんカスが残留している可能性がある。
- ・ **新しい靴下やストッキングを洗わずに使用している**
→柔軟仕上げがされている。
- ・ **防水スプレーをしたバッグや靴との接触**
→防水スプレーはシリコン等で皮膜を作っているので、新品の靴やバッグにも注意が必要である。
- ・ **入浴時、手ぬぐいで強く擦りすぎている**
→摩擦で肌を傷めている。
- ・ **手を石けんや抗菌剤入りの洗浄剤で洗っている**
→その手で顔に触れると、肌はダメージを受けてしまう。
- ・ **保湿ティッシュなどで顔を拭いている**
→ティッシュに一次刺激性物質が含まれている場合がある。
- ・ **顔に触る癖がある**
→日常生活では、ほぼ常に手に一次刺激性物質がついている。その手で顔に触れると間接触になる。

日常生活の中には、抗菌、柔軟仕上げをしてあるものがたくさんあります。手に一次刺激性物質がついていないときはほとんどないと思ってよいでしょう。手についた柔軟剤、抗菌剤等は、流水に当てながら手ぬぐいやタオルに手を擦りつけて落とします。濡れたティッシュで手をぬぐうようにしてもよいでしょう。

[新療法 2] ビタミンC塗布療法

ビタミンC塗布療法とは、活性保持型ビタミンC(ASVC)を非接触療法の補助として、3ステップで使用する方法です。

肌の状態を見て、ASVCを濃度別に使用することにより、既往歴や年齢を問わず、すぐに皮膚の変化が現れます。

STEP 1

- [1] 一次刺激性物質との接触を断つ。
- [2] ASVC 22を使用し、傷んだ皮膚を整える。



- 《皮膚の変化》
- ・面皰(コメド)形成を抑制する
 - ・くすみが取れる
 - ・開大した毛穴が縮小
 - ・皮膚の赤みの改善
 - ・皮膚のかゆみの改善
 - ・皮膚炎の症状軽減 など

STEP 2

- [1] 一次刺激性物質との接触を断つ。
- [2] ASVC 28を使用し、傷んだ皮膚を整える。



- 《皮膚の変化》
- ・色素沈着の改善
 - ・シワの軽減
 - ・皮膚の弾力性向上 など

STEP 3

- [1] 一次刺激性物質との接触を断つ。
- [2] 患部にASVC 35を使用し、集中的に治療する。



- 《皮膚の変化》
- ・肝斑、老人性色素斑の改善
 - ・シワの改善
 - ・皮膚炎の改善 など



新療法に関する Q & A

Q. 紫外線対策は？

A. 日焼け止めは界面活性剤、シリコンを含んでいる場合があります、長時間使用することによってお肌が傷んでしまう可能性があります。また、洗浄力の強いクレンジング剤でなければ落とせないものもあります。紫外線対策は、日傘や帽子、長袖の衣類などで防ぐことをおすすめします。

Q. お肌がザラザラするときは？

A. ザラザラとした手触りを感じたら、それは角栓ができています。角栓は皮脂と角質でできています。毛穴の角質がちょっと多めに剥離して、お肌の一番上まで押し上げられたものです。いずれは自然に取れるものですから、取ってしまっても問題はありません。お風呂に入って身体がよく温まったら、手ぬぐいでお肌をそっとぬぐってみてください。強くこすらないようやさしく行なってください。自然に余分な角栓が取れて、滑らかなお肌になります。

Q. 睡眠不足は、やはりお肌に悪い？

A. 睡眠不足やストレス、体調の変化にお肌も影響を受けています。適度な運動、バランスの取れた食事、十分な睡眠を心がけましょう。皮膚も身体の一部ですので、体調だけでなくお肌の調子も整えることができます。

Q. ステップ3まで到達し、肌状態が改善したら？

A. 改善後も、お肌に接触するものは、必ず全成分を確認してから使うようにしましょう。

Q. ASVCをつけた後、赤みやカサつきなどが出るときは？

A. 傷んだお肌にはASVCが刺激となることがあります。接触しているものを再度確認してみましょう。冬はセーターやマフラー、コート、毛布など柔軟仕上げをしてあるものとの接触にも気をつけましょう。

Q. ASVCをつけてピリピリするときは？

A. お肌の傷んでいる部分がピリピリします。ASVCを塗ってピリピリするときは3分待たずにすぐに洗い流しましょう。ダメージが早く整いますので、毎日使用するようにしてください。ただし使用後、翌朝まで赤みが残るときは、2日ほど使用をお休みしてください。

Q. ASVCを3分以上つけてしまったら？

A. 3分以上つけていても、お肌の変化は同じことがわかっています。長くつけても違いはありません。洗い流さずに寝てしまった場合、個人差はありますが、お肌が赤くなることがあります。もしも赤くなるなどの症状が出た場合には、使用を2日控えていただくと元に戻ります。

さらに知りたいときは、以下のサイトで、実践方法の詳細、症例写真、よくある質問等を掲載しています。

非接触療法研究会 <http://www.hisesshoku-ryouhou.com>