

Beauty Monthly Topics

ピーリング

☆ 積極的なアプローチで、
マイナス5歳肌をめざす！
攻めのエイジングケア！

ピーリング 基礎知識

○ ピーリングとは？・・・ピーリングとは、英語で「皮をむく」、「剥がす」、「取り去る」という意味で、皮膚のターンオーバーを積極的に手助けし、肌の肥厚を改善する事を意味します。

ピーリングと聞くと「怖い」と感じる方もいるかもしれませんが、かかとを軽石でこすることも昔からあるピーリング方法のひとつです。

ピーリングは堅くなった角質を柔らかくしたり、ニキビ痕を改善し、美肌・美白効果を向上させるのです。

※ エステティックでは「ゴマーージュ」「エクスフォリエント」などと同義語で使われていますが、下図①のように本来的には異なります。治療を目的とする医師による「ケミカルピーリング」と、美容を目的とする「ピーリング」は、使用する酸の濃度・配合量・PHが下図②のように業界での自主規定が制定されています。

図①

ゴマーージュ(英語ではエクスフォリエント)

酸以外の粒子などで物理的に角質を除去する方法

図②

目的	治療目的 ニキビ、シミ、シワを 治療する	美容目的 肌のキメを整える、滑らかに する	
		フルーツ酸1 0%以上 PH3未満	フルーツ酸1 0%未満 PH3以上
施術者			
医師	○	○	○
エステティ シヤン	×	×	○

日本皮膚科学界の「ケミカルピーリング」のガイドライン

ピーリングが肌老化に効くしくみ

○ 古い角質を除去し、肌の再生を促す・・・肌老化は、年齢とともに遅くなるターンオーバーと深い関係があります。

肌のターンオーバーが遅くなると、死んだ角質細胞の層がどんどん厚さを増し、肌をくすませます。メラニンを排泄する作用も低下するため、しみやくすみも出やすくなります。こうした肌老化にトータルに働きかけるのがピーリングです。

ピーリングによって肌の代謝がアップし、肌に若返り効果が生まれます。真皮のコラーゲンを増やし、できてしまったメラニン色素の排泄を促す作用もあります。その結果、しわ・たるみ・くすみ・しみ・毛穴の開きなど、あらゆる肌老化の改善に効果を発揮するのです。

ターンオーバーが高まる

余分な角質を除去することでターンオーバーが高まり、メラニンの排泄を促し、くすみも改善。古い角質とともに角栓などの毛穴汚れが取れて、毛穴の開きも目立たなくなる。

コラーゲンが増える

表皮が活性化したというシグナルが真皮にも伝わり、コラーゲンが増える。その結果、しわやたるみ予防につながる。

化粧品の浸透がよくなり 若肌への好循環が生まれる

古くなった角質を除去することにより化粧品の浸透性も高まり、エイジングケア化粧品の効果が確実なものに。

ピーリングの種類

○ ピーリングにはレーザーピーリングやクリスタルピーリングなど様々な種類があります。一番なじみのあるピーリングとしては、酸などの薬剤を利用したピーリングで大きく分けてAHAとBHAの2種類があります。

AHA(アルファヒドロキシ酸) — リンゴ酸・クエン酸・乳酸・グリコール酸などがAHAに分類されています。AHAは果物に含まれるものが多く「フルーツ酸」とも呼ばれていますが、実際にはフルーツ酸という酸はなく、総称であることはあまり知られていません。

AHAによるピーリング効果

くすみ対策
古い角質を取り除くことでくすみを改善！使ったその場で肌の明るさを実感！

美白効果
ピーリングには美白効果もあり、メラニンを抑え改善するビタミンC誘導体の浸透を助けます！

ニキビ対策
角質が詰まって起こる大人ニキビ！生理前やストレスを感じた時などはニキビ予防としても！ニキビ痕のクレーター改善にも！

AHAの中でも分子が小さく浸透力に優れているため、グリコール酸がピーリングの成分としてよく使われています。またコラーゲンやエラスチンなどの弾力成分の生成を促すことからスキンケアにはグリコール酸が適しているというわけです。グリコール酸はサトウキビや玉ねぎから抽出される成分です。乳酸は、グリコール酸よりも分子が大きく、乾燥や敏感肌の方、40歳以下の方、初めての方にもオススメです。乳酸はヨーグルトなど、クエン酸はレモンやグレープフルーツ、リンゴから取れるリンゴ酸などがあります。酸の強さとしては、グリコール酸→乳酸→クエン酸、リンゴ酸となっています。



BHA(ベータヒドロキシ酸)

— サリチル酸がBHAに分類されます。油性の酸で、皮脂の詰まった毛穴にも有効に使えます。肌荒れしにくいというメリットもあり、最近では医療ピーリングでBHAを使用する所も出てきています。ただし、日本では薬事法によって化粧品にBHAは0.2%しか配合できないので、ピーリングとしてのBHAの恩恵はほぼないといえます。BHAは最低でも5%以上は必要とされています。

ピーリング後の注意点

- ※ ピーリング後は、お肌がむきたまご状態になっていますので、紫外線には十分注意してください。(必ず日焼け止めを使用する)
- ※ ピーリング当日は、スクラブ洗顔や肌に刺激を与えるようなパックは避ける。(顔そりなども)
- ※ ピーリング後は肌がつっぱったり、乾燥しやすい方もいるので保湿をしっかり行いましょう。
- ※ ニキビ対策などのピーリングの後は、数日間、ニキビが悪化したように見える場合があります。これは、中につまっていた皮脂が排出される過程のためです。



ピーリングは元々は古代エジプト、クレオパトラの時代から行われていたそう！
皮膚をなめらかにするためにサワミルク(乳酸)のお風呂に入っていたと言いますが、我々の身近なところで言うと温泉に入ると肌がスベスベになるといったことと同様の効果を得ていたと考えられます！！

サンクでもサロン用、ホームケア用のピーリング・ゴマーージュ商品取り扱っておりますので、お気軽に、担当にお尋ねください！！