

Beauty Monthly Topics

目は口ほどにモノを言う...

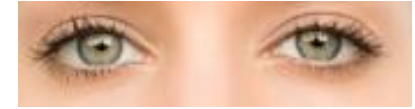
気付いていますか? 目元に現れる老化のサイン!!

近年、スマートフォンなどによる目の疲労が多くなっています。ブルーライトの影響、使用時間や凝視、画面が小さく距離が近いことや、動きながら使用していることによる目の筋肉の負担などが原因と言われています。また、まつげエクステ、つけまつげなども当たり前の時代になっています。

現代人の多くは、目の疲れや肩こり、頭痛などを訴える人が多く存在します。

アイは愛につながる...といえます。目はその人の心を表し、体を現し、性格を現します。様々な不調を訴える方の目はきっと辛そうな目をしているはずです。

「目は口ほどにモノを言う」コレは本当だと思うのです。体が疲れると目に出ませんか? 瞼はたるみ、腫れぼったくなり、しわ、クマができたり...エイジングケアにも、年齢の現れやすい目元のケアは、今や必須ケアです。「アイエイジングケア」ぜひおすすめください!!



♡この機会にちょっとおさらい



♡目元特有の問題

- ・スーパーアクティブゾーン...目周りには約20の筋肉がありとてもよく動きます。まばたきだけでも10,000回/1日
- ・スーパーセンシティブゾーン...顔の皮膚で最も繊細な部分(4倍薄い)。皮脂腺や汗腺も少なく、皮脂膜も弱い。最も脱水・乾燥しやすい
- ・スーパーリアクションゾーン...頻繁に涙で濡れることでバクテリアが繁殖しやすく、神経や顆粒細胞が集中している為炎症も起こしやすい



ここで、目元に現れるトラブルのポイントを見ていきましょう。

※「くま」は大きく3種類に分けられます。お客様のくまがどのタイプなのかをまずは見極めましょう
※中にはいくつかの「くま」が重複している方もおられます

その1 くま	冷え症に多い血行不良の青くま 指で皮膚を引っ張ると薄くなる お風呂上りは「くま」が目立たなくなる	外部刺激による茶くま 指で目尻を引き上げても変化なし やっぱりくすんでいる	老化が原因の黒くま(タルミくま) 影なので上を向いたり、指で皮膚を 引っ張ると目の下の影が薄くなる
あなたは どの タイプ?	<ul style="list-style-type: none"> ○低体温や冷え症だ ○睡眠不足 ○肌が白い方でキメが細かい ○ストレスや緊張する事が多い ○生野菜や冷たい飲み物を好む 	<ul style="list-style-type: none"> ○メイクを取ると目の周りが茶色い ○アイメイクを落とさずに寝る事がある ○よく目をこする ○肌がくすんでいる ○ウォータープルーフのアイメイク商品を使用 	<ul style="list-style-type: none"> ○肌が柔らかい ○甘い物が好き ○目の下の皮膚や脂肪がたるんでいる ○目の下のふくらみ(目袋)が目立つ
タイプ別 の 対策は?	<p>何よりも目の周りの血行を良くすることが大切! ツボの指圧も効果的。 そして、十分な睡眠です。交感神経が優位になると筋肉全てが硬くなります。もちろん薄い眼輪筋も。また、ストレスなどにより血管も収縮。質の良い睡眠を取ることで、副交感神経が働き、筋肉の緊張が取れ、血行もよくなります。</p> <p>血行促進の炭酸パックや、 ビタミンE配合のクリームも オススメです</p> 	<p>大切なのは、目周りの刺激を減らすこと! クレンジングや洗顔は見直しが必要です。 実は肌は抑えられる「圧」の刺激には強いのですが、「擦る」という刺激には弱く「色素沈着」につながりやすいのです。 なので、ゴシゴシは絶対ダメ。洗顔後は目元の徹底保湿を心掛けましょう。</p> <p>茶くまさんには、ピーリングや美白のお手入れ、 UVケアも忘れずに行いましょう。</p>	<p>たるみやしわには、 コラーゲン配合の 化粧品がオススメ!</p>  <p>下まぶたのたるみが原因で、目元に影を作り、それが「くま」のように見えてしまうのです。まずは目元の保湿。乾いた肌は有効成分が浸透しません。たるむ原因は、眼輪筋と、眼瞼挙筋の衰えが一番の問題。マッサージは必須です。</p>

・1つでもチェックが付くお客様は、もう「アイエイジング」が始まっています

「アイエイジング」Check!!

- スマホやPCをよく使う **統計ではガラケーは一日平均24分、スマホは116分も使っているそう**
- 「疲れてるね」って良く言われる
- 眉間にしわが寄りやすい **眉の筋肉や額の筋肉が収縮**
- クマが目立つ
- まぶたや目の下がしわっぽい
- まぶたが重い **まぶたにかかる負担は?
エクステ180g、つけまつげ260g
マスカラ70g!**
- まつげエクステ・つけまつげをする
- 眉のラインや形が左右でズレてきた気がする **額や頭皮の張りが眉やまぶたの下垂につながる**
- 涙袋ではなく目袋が目立つ **涙袋はふっくらカワイイ!でも目袋は...**
- 最近、アイラインが引きにくくなってきた

その2 目周りの脂肪ポケット

目袋

日本人は欧米人よりも余分な水分や老廃物、脂肪が溜まる目周りのポケットが大きいのだとか...放っておくとどんどん膨らみ、さらにたるみやしわ、むくみなどの原因にも。早めのケアが大事なのです。

目袋の原因は、下まぶたの余分な老廃物や脂肪だけでなく、眼輪筋の衰え、腎臓障害(水分代謝が正常に行われなくなり、目袋のあたりが膨らむ)、遺伝などがあります。

美人の象徴
涙袋

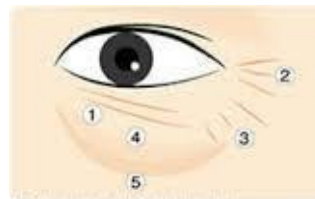
老化の象徴
目袋



その3

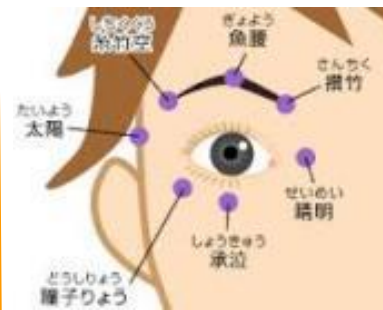
しわ

目元はさまざまな刺激にさらされています。目元の皮膚は、表皮・真皮ともに圧倒的に薄いため、乾燥しやすい、保護されにくい部分。その為、水分不足になりしわも目立つのです。さらに、目元の筋肉収縮と「まばたき」は、しわの出現をさらに加速させるのです。



- ①目の下のしわ
- ②目尻のしわ
- ③目尻から目の下の間のななめのしわ
- ④脂肪のふくらみ
- ⑤脂肪の下、骨のふちに沿ってできるへこみ

目周りのツボPush



- 糸竹空...目尻のしわ、リフトアップ
- 魚腰...むくみ、たるみ、目を大きく見せる
- 攢竹...ストレス緩和
- 太陽...目の充血・かすみ
- 瞳子膠...眼精疲労、クマ
- 承泣...目の下のたるみ
- 睛明...つかれ目、目のかゆみ