

シワ・たるみ

〔原因〕

- ・ ターンオーバーの低下
- ・ コラーゲン、エラスチン生成の低下
- ・ 角質層内の水分量の低下
- ・ 加齢
- ・ 光老化



〔改善策と予防〕

- ・ 肌の真皮から活力を与え、ターンオーバーを促す
- ・ 水分・保湿成分の補給

コラーゲン・エラスチン・ヒアルロン酸の合成を促進することで改善する場合があります。活性酸素が発生すると、肌のハリを保つコラーゲンやエラスチン等を変性させ、シワ・たるみを固定させてしまいます。その前に早めのケアが大切です。肌が作られる栄養を補うことで肌の形成を保つことができます。

〔シワの種類〕

【表皮性】

- ・ 角質層の乾燥によって、目の周りなどに一次的にできるシワ

【真皮性】

- ・ 加齢や光老化などで、コラーゲンやエラスチン、ヒアルロン酸などがダメージを受け、肌内部から柔軟性、弾力が失われてできるシワ
- ・ 表情の動きの繰り返しによりできたシワ
- ・ 真皮の表情筋の方向に対して垂直にできるシワ

【たるみ】

- ・ 加齢や光老化などで、真皮のコラーゲンやエラスチン、ヒアルロン酸などが減少し、ハリや弾力が失われる
- ・ 表情筋が衰え、皮膚や脂肪を支えきれなくなり、目元、頬、フェイスラインが全体的に下がってしまう

〔改善策と予防〕

【表皮性】

- ・ 角質層のケア
- ・ 保湿
- ・ 皮脂膜を取り過ぎない
- ・ 擦らない

【真皮性・たるみ】

- ・ 線維芽細胞活性化
- ・ 真皮の水分補給
- ・ 表情筋を強化する
- ・ UVケア

