

# 乾燥

## [原因]

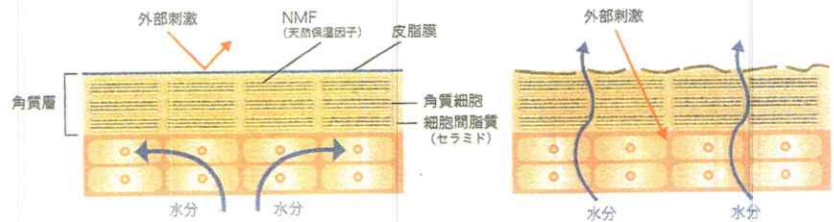
- ・ 角質層内の水分量（細胞間脂質・NMF）の低下
- ・ 正常な皮脂膜が形成されない
- ・ ターンオーバーの乱れ

## [改善策と予防]

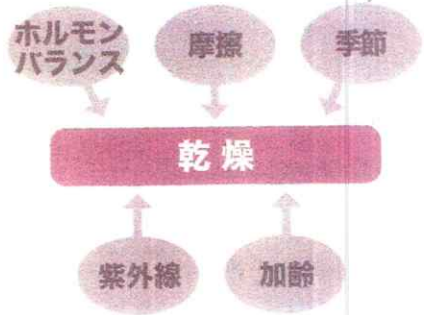
- ・ 水分、保湿成分の補給
- ・ 皮脂を取り過ぎない
- ・ UVケア

## [セラミドが減少する主な原因]

- ① 加齢に伴う減少
- ② 生活習慣やお手入れにより減少
- ③ 摩擦



## [要因]



# 敏感

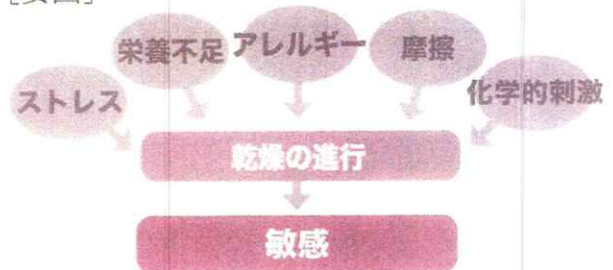
## [症状]

- ・ かゆみ・ほてり・ひりつき・痛み・発疹・腫れ・赤み

## [改善策と予防]

- ・ 乾燥が進行しないようにする
- ・ 水分、油分の補給

## [要因]



# くすみ

## [症状]

肌に透明感がなく肌色が全体的に暗い

## [改善策と予防]

- ・ 血行促進
- ・ 皮脂の多い場合は動物性脂肪を控える
- ・ UVケア



## [要因]

