

ノンcomedogenicの 化粧品を選びましょう。



ノンcomedogenic: ニキビがでにくいことを確認している化粧品

東京女子医科大学東医療センター皮膚科 澤田 美月 先生

ニキビ肌のメイクレッスン

ニキビは触ったり、いじったりすることで悪化することがありますが、美しくメイクをすることで、ニキビを触ったり、いじったりするのを防ぐことができます。

下地

下地(コントロールベース)を使うことで、視覚的な効果によってニキビが目立たなくなります。

肌の悩み

おすすめの下地の色

▶ ニキビなどで肌の赤みが目立つとき

イエロー系

▶ くすみやすい、肌の疲れが出やすい、血行不良 など

ピンク系

コンシーラー

- ノンcomedogenicのものを選びましょう。
- ニキビの黄色い部分を避けて、赤い部分に薬指の先でやさしく置くようにつけます。
- 爪が長い場合は、綿棒を使って、こすらずにつけるようにしましょう。

ファンデーション

- ノンcomedogenicのものを選びましょう。
- スポンジやパフなどのメイク道具は清潔に保ちましょう。
- ファンデーションは、お肌が動かないくらいの軽いタッチで、すべらせるように塗るとよいでしょう。

ポイントメイク

- アイメイクや口紅などには、表情や顔立ちを強調する効果があるので、ニキビから人の視線をそらすことができます。
- チークをいれるときは、お肌への刺激を減らすために、ブラシは立てずに寝かせて使いましょう。
 - 髪型を工夫したり、ピアスなどのアクセサリーも、ニキビへの視線をそらす効果があります。

ニキビが悪化した際には、ポイントメイクのみにとどめて
お医者さんにご相談ください。