

# 大曲皮膚科ニュース

2006年6月26日号

## アトピー患者さんの化粧のポイントとは？

顔にヒフの病気がある方は、それが日常生活や、心理状態に多大な影響を与えることが多いです。成人の女性のアトピー患者さんも例外ではなく、顔にしっしんがある場合が多いので、かさかさで赤い肌を出来るだけ隠して、きれいに見せたい、と多くの患者さんが考えています。逆に、化粧をすることによる精神的な安定や、自信が、しっしんに良い影響を与える場合もあります。また実際は、社会生活を送っていく上で多少のしっしんがあっても、化粧をせざるを得ないことが多いです。

アトピー患者さんが、しっしんを悪化させない程度に、化粧を続けるためのポイントとは、どんなことでしょうか？

### ① 保湿を十分にしましょう

スキンケアとメイクアップは切り離せません。保湿のポイントは、化粧水と乳液だけではなく、保湿力の高い保湿クリームやリップクリームを加えることにあります。

### ② 刺激が少ない方法で付けましょう

擦らず、叩かず、上から押さえるようにつけます。下地は手のひらでなじませます。指を使う時は、手のしっしんがあっても比較的状態の良いことが多く、力が入りすぎない薬指で付けましょう。ファンデーションは、パウダータイプを用い、パフで乗せると、刺激が少ないのでお勧めです。

### ③ シンプルでポイントを押えたメイクを



フルメイクアップをしなくても、ポイント（保湿を十分に、目の周りを明るく、口唇の輪郭をはっきり）を押えれば、きれいな仕上がりになります。

花王 [binkanhada.com](http://www.binkanhada.com) より  
(<http://www.binkanhada.com>)

## ☆具体的なメイクの手順は？☆

### ① 化粧下地

顔全体に保湿クリームを塗って十分に保湿してから下地クリームをつけます。下地クリームも多めに使いましょう。しっしんが出ている場合、こすることで起こるかゆみを防ぐため、手のひらにたっぷりクリームをとり、まず手のひら全体によくなじませてから、上から優しく押さえて肌によくなじませます。

### ② ファンデーション

リキッドファンデーションでは、叩く・伸ばす、フェイスパウダーをつけるという行程が加わり刺激を受ける回数が増えますので、パウダーファンデーションがお勧めです。製品付属のスポンジよりも、パウダー用の大きなパフに取り、顔の広い部分から上から抑えるようにつけていくと、一度で広い面積にむらなくつくため、ヒフへの刺激が少なくなります。パフは毎日洗って清潔なものを使い、細かい部分には半分に折ったパフを用います。

### ③ アイブロー

眉の長さや眉下の無駄毛を整え上昇線を作るだけでも、目元がすっきりしますが、不足部分をアイブローで補うように描くと、さらに顔が引き締まった印象になります。

### ④ アイシャドー

目元の印象がぼやけていることが多いため、アイシャドーはなるべく明るい色を選び、下まぶたの目頭 1/3 にも明るい色のアイシャドーを重ね

ると、目の周りが明るく若々しい印象になります。軽度のしっしんがある場合は、ブラシや指で軽く置くようにつけると、刺激が少ないです。

### ⑤ アイライン

目尻の上下に小さな三角形をつくるように部分的に入れるだけでも白目が透き通って見え、目の存在感がはっきりします。

### ⑥ マスカラ

マスカラはヒフにつかないように、ていねいに塗ります。目元の化粧が出来ない場合でも、マスカラだけを使用しても目のかたちが強調されます。マスカラはウォータープルーフタイプが主流なので、化粧を落とす際には目元専用のメイク落としを使い、擦らないようにすることも重要です。

### ⑦ リップ

メイク前にリップクリームを塗って保湿します。しっしんや、色素沈着のために、くちびるの輪郭が不明瞭になっているため、リップペンシルで輪郭をしっかりとることで、口紅を軽くつけてもきれいに見えます。



以上、専門誌ヴィジュアル・ダーマトロジー2006年6月号から構成しました。

大曲皮膚科 住所：〒061-1272 北広島市大曲末広1丁目2-1（セリオ1F） 電話：011-376-2000  
記：院長 梅津 修