

2024年8月11日

ルアンルアンコスメ

いちご鼻予防に。

石鹸を選ぶポイントはクレイと泡。

石鹸メーカーが解説 |

Ruam Ruam[ルアンルアン]

<https://shop.ruamruam.jp/>

目次

概要.....	3
いちご鼻の正体と予防方法	
毛穴に詰まっているのは何？	4
洗顔だけで毛穴の詰まりは落ちるのか	5
クレイ洗顔（泥洗顔）の特徴.....	6
クレイは毛穴の中の汚れも吸い出してくれるのか	8
根本から見直しを.....	9

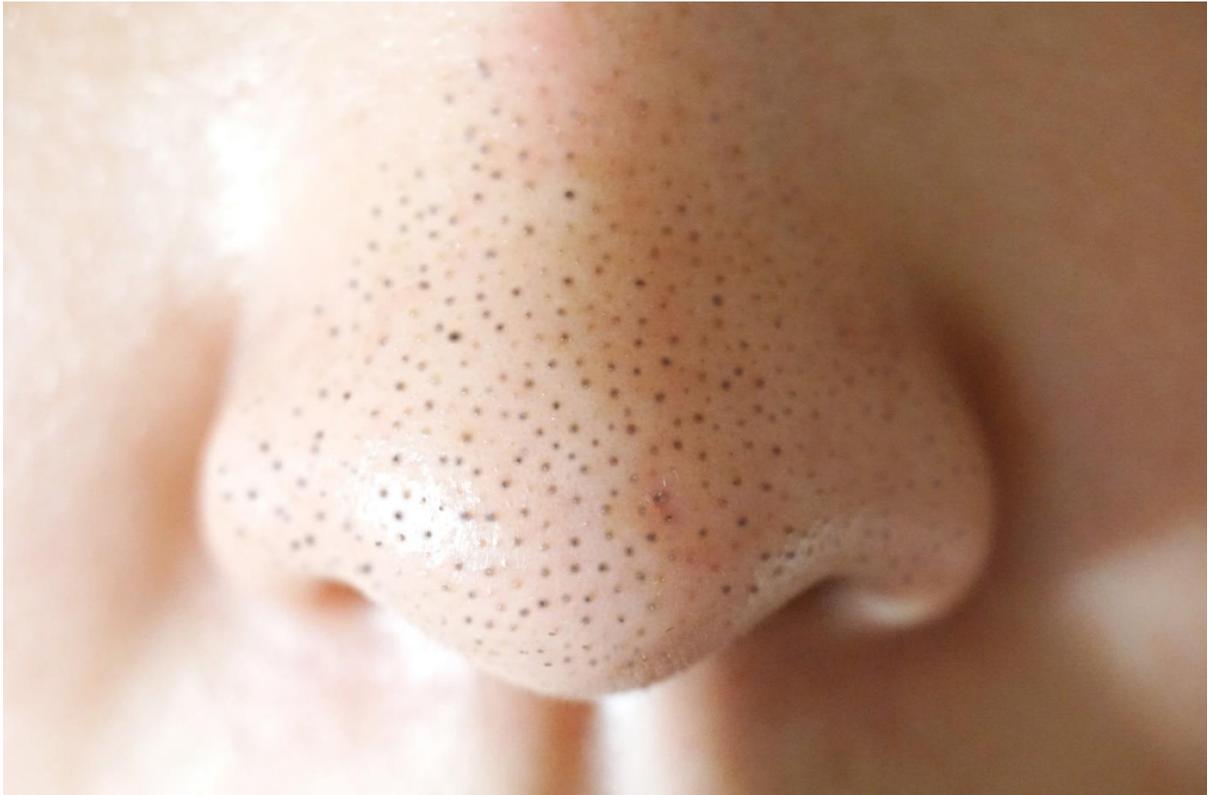


概要

毛穴に黒いポツポツが詰まってしまういちご鼻。

夏は特にいちご鼻を引き起こしやすい季節です。

そうなる前に予防に適した石鹸を選んで、洗顔でケアしてまいりましょう。



いちご鼻の正体と予防方法

毛穴に詰まっているのは何？

黒いポツポツの正体は「汚れ」「皮脂」「たんぱく質」が混ざり合ったものです。

肌の表面は常に埃にさらされているだけでなく、外部の刺激から守ってくれている皮脂や、ターンオーバーによって内側から押し出されてきた古い角質など、様々なものが乗っています。

そして主に皮脂が汚れや古い角質を巻き込んで、毛穴に詰まりやすい状態へと形を変えます。

そこに汗です。

鼻やおでこから分泌される汗は、皮脂ととても混ざりやすい！

皮脂と混ざり合った汗は毛穴へと流れ込んでいくのです・・・

さらに気温が高いと毛穴は緩みがちになりますので、落とし穴のようにカパッと開いて汚れが流れ込むのを待ち受けています。

夏に毛穴詰まりを起こしやすいのは、こうした気温による毛穴の緩み、発汗の多さ（メイク崩れも毛穴汚れの一因に）などが理由なのです。

洗顔だけで毛穴の詰まりは落ちるのか

結論から言えば、洗顔でいちご鼻予防をすることは十分可能。

汗も埃も皮脂も古い角質も、全て普通に暮らしていれば避けられないものですので、それを知った上できちんとした洗顔を行えば、毛穴詰まりの原因となるドロドロを極力避けることができます。

そしてその洗顔の際のポイントになるのが「古い角質」への対応です。

汗、埃、皮脂は大抵の洗顔料で洗い流せます。生せっけんでなくてはダメ！というものではありません。

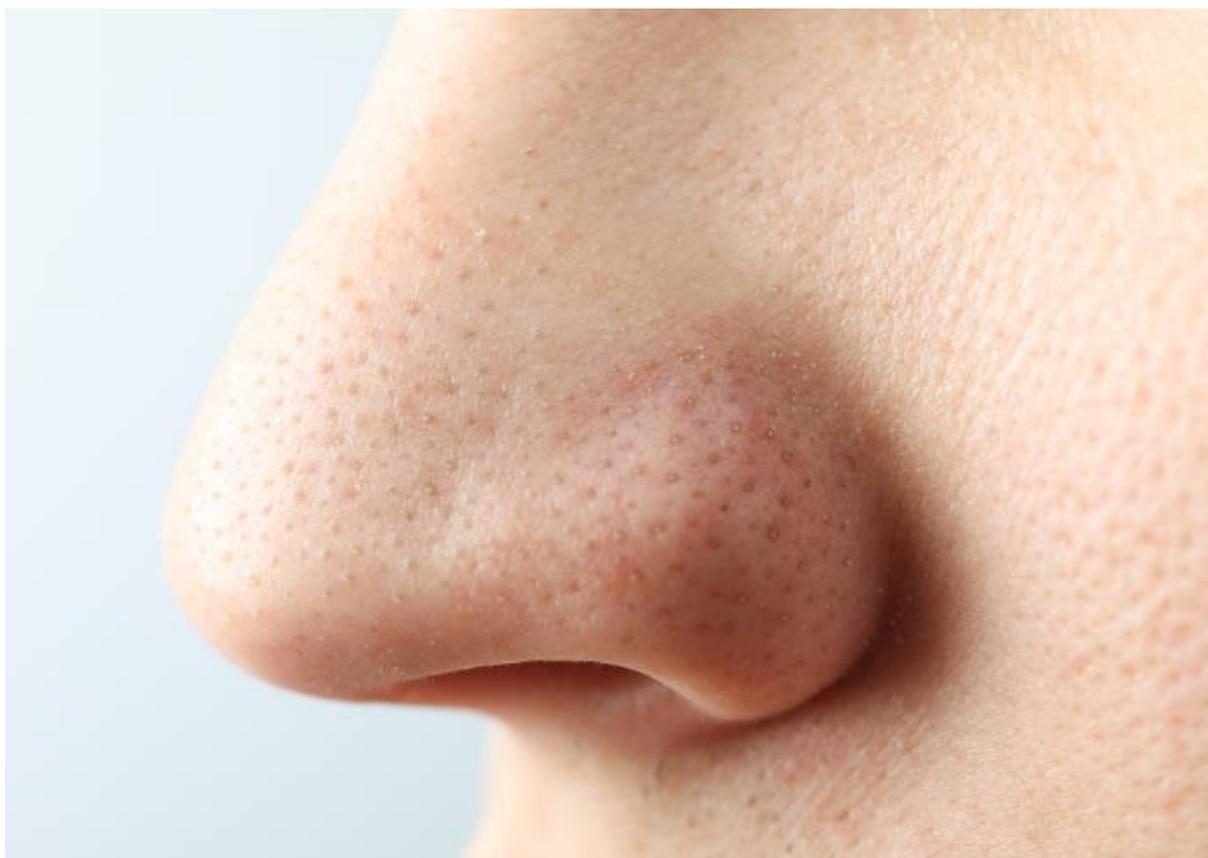
ただ古い角質は、汚れと一体化する（界面活性作用）ことで洗い流す機能しか持っていない洗顔料ですと十分に落としきれません。

それは古い角質の成分が、洗顔料と一体化しにくい”たんぱく質”だからです。

この古い角質を洗い流せていないと、毛穴詰まりだけではなく、肌がゴワゴワしたり硬質化して毛穴が開いてしまったりと、色んなトラブルを引き起こすようになります。

肌の表面に留まっている古い皮脂をどう落とすか。そしてドロドロに混ざって毛穴の中へ流れ込んだたんぱく質をどう掻き出すか。

その方法としてとても有効なのが「クレイ（泥）」が配合された石鹸での洗顔です。



クレイ洗顔（泥洗顔）の特徴

ホワイトクレイ、ガスール、カオリン、モンモリロナイトなど、洗顔に使われる天然泥にはいくつかの種類があります。

その効果として共通するのが、ミネラルが豊富で、汚れを吸着する性質を持っていることです。

汚れと一体化して流れていくのではなく、泥に空いた空洞や時には電荷を利用して”吸いこむ”ことができます。

この性質を持っていることで、洗顔料と一体化しにくいたんぱく質をがっちりキャッチし、角栓になるのを予防しながら、しっかりと洗い流してくれるのです。

生せっけん”ハーバルフレッシュソープ”には、共通してホワイトクレイとベントナイト（カオリンが主成分）が使われています。

どちらもクレイの中では刺激が少なく、敏感肌にもやさしい洗い心地をもたらしてくれる天然泥です。



クレイは毛穴の中の汚れも吸い出してくれるのか

クレイと聞くと粒子が大きく、毛穴の中まではケアできないのでは？というイメージを持たれる方もいらっしゃいます。

また、洗顔の泡が毛穴の中に入るなんてことは無理なのでは？という記事を見かけることもあります。

生せっけんに使用しているクレイの粒子は、毛穴の平均的な大きさである 0.2mm よりも小さいです。

そしてその粒子を毛穴の中まで運んでくれる気泡も、約 0.1mm と毛穴より小さいので、しっかりと毛穴の中まで入り込んでくれます。

ここまで細かく、クレイまで毛穴の汚れに届かせてくれる泡を持った石鹸はなかなかありません（私は生せっけん以外知りません）。

その泡で一日1～2回、年間で365回以上洗顔していただくことで、いちご鼻になる前にしっかりとその原因を洗い流し、透明感のあるお肌をキープしていただきたいと考えています。



根本から見直しを

毛穴詰まりが起きやすい方には特徴があります。

それは角質層が乾燥している方が多いということ。

角質層で水分をキープしてくれているセラミドが不足し、土台となるべき角質細胞の並びが崩れ、毛穴をしっかりホールドできずに緩んでしまっているのが、毛穴詰まりを引き起こしやすい方に多く見られる状態です。

セラミドが不足していると、いくら化粧水をバシャバシャ付けてもすぐに逃げて行って、また乾燥してしまいます。まずはセラミドを化粧品を使って肌から補充し、同時に食事を見直すことで内からも補充される状態を意識してみてください。

サプリメントなども発売されていますが、お米にも十分なセラミドが含まれています。またダイエットをされている場合は、こんにやくに含まれるセラミドを摂取するのがとてもおすすめです。

完全に毛穴が詰まって、がちりとした角栓が出来上がってしまうと、すぐ落とすにはエステなどで使われている専門的な機械が必要になります（ご自身で道具を使って押し出すのはNGです！）。

そうなる前に、日ごろからほんの少し注意してケアする習慣をつけてくださいませ。

→[【関連記事】「いちご鼻におすすめの洗顔方法」はこちら](#)

→[【関連記事】「固形石鹸で洗顔するメリット・デメリット」はこちら](#)

お問い合わせ先

店名 : ルアンルアンコスメ オンラインショップ

サイト URL : <https://shop.ruamruam.jp/>

電話番号 : 0120-1842-82

会社名 : 株式会社ボックスグループ

住所 : 〒336-0033 埼玉県さいたま市南区曲本 3-2-2

事業内容：タイのハーブ学から発祥したコスメブランド“ルアンルアン”をはじめとした、化粧品、雑貨の製造・販売、サロン店舗の展開を行っております。「生せっけん」のリーディングブランドとして、現在ではオンラインショップでの販売を始め、伊勢丹・ビューティーアポセカリー等の全国百貨店でも商品をお届けしています。特に薄肌で繊細だと言われているアジアの女性たちに向け、タイハーブや天然泥などたくましい自然素材の力を借り、無添加で肌に優しく悩みに強い製品をお届けするのが私たちの使命です。