

素敵女医の目にいいアイテム&テク

皆さんが日常的に使っているもの、やっていること、とっているもの、注意していること。まとめてご紹介！



住吉周子さん
Shuko Sumiyoshi

52歳 美容皮膚科・漢方内科・ラッフルズメディカル大阪クリニック



窪田美幸さん
Miyuki Kubota

60歳 眼科・三軒茶屋眼科「目元のマッサージはNG。美容鍼も一時的です」



赤須玲子さん
Reiko Akasu

58歳 美容皮膚科・赤須医院「コスメとレーザー治療で目のたるみ予防を」



工藤清加さん
Sayaka Kudo

50歳 美容皮膚科・わかばクリニック「目元はできるだけこすらないようにしています」

【右】高濃度の脂溶性ビタミンC誘導体を85%配合。VCスティック ¥6,000・【左】9種類美容成分を配合した、お湯で落とせるマスカラ。ミスナインザパーフェクトマスカラファイバー(8g) ¥2,700 / ラッフルズメディカル大阪クリニック



デイリーケア

「まつ毛美容液『グラッシュビスタ』を愛用中。確実な効果を感じますが、もともとが緑内障の治療薬なので、使用前に眼科で緑内障に罹患していないか診察を受けることをおすすめします。使用による眼圧の下降で、緑内障を見逃すおそれがあるからです」

デイリーケア

「シーボンの化粧水『BX エッセンスローション』をシワ対策として使っています。目まわりにはシーボンの美容液『AC4 バイタルセラム』を朝晩塗っています。また、10年ほど前に、まぶたのくぼみにヒアルロン酸注射を。1回で満足できました」

高い美肌効果を持つフラーレン、プラセンタエキス、コラーゲンなどを配合したまつ毛美容液。アンフェイディング アイラッシュエッセンス(6ml) ¥7,438 / わかばクリニック



目を守る「コスメ」

特殊ペプチド成分により、自然でボリュームのある美しい眉毛を育てる眉毛用美容液。ペロバーム フローブロー(5ml) ¥4,800 / ラッフルズメディカル大阪クリニック



マシンでのケア

「『プラズマプレクサー』は、たるんだ皮膚の一部を点状にプラズマで蒸散させて、皮膚を縮めるといふもの。2~3回施術を受けると、かなりまぶたのたるみが減少します」



【右】ボトックス同様の成分アルジレリン配合化粧水。フェイシャルリスト BX エッセンスローション(120ml) ¥10,000 / 赤須医院 【左】肌にハリを与えるアスタキサンチン(保湿成分)内包リポソム配合。AC4 バイタルセラム(35ml) ¥25,000 / 赤須医院



まつ毛・たるみ・シワのケア

「フラセラのまつ毛美容液『アンフェイディング アイラッシュエッセンス』(上)を愛用してから、まつ毛が伸び、抜けも減りました。また、目のたるみ対策として『マドンナアイリフト』を、シワ対策としては『サマークール』を実践しています」

やみくもにシワ

デイリーケア

「目まわりのケアとして、目尻のシワやシミ、くまなどに効果がある、高濃度ビタミンCスティックを塗っています。また、マスカラはケラチンやバンテノールなどが配合されたフィルムタイプのを愛用。お湯でスルッと落ちて肌にも優しいです」

スペシャルケア

「目尻のシワには何といてもボトックス注射です。私は3カ月に1度注射をしています。ボトックスで消えないシワに対しては、ペビーコラーゲンを注入しています。これには注射した部分のコラーゲンを増やす働きがあり、あとからふっくらしてきます」

マシンでのケア

「目まわりのたるみや小ジワには、水に吸収される『フラクショナルレーザー』での治療が有効です。月1回のペースでスタッフにやってもらいます。毛穴の凹凸を減らし、あごのたるみにも効果があるので、顔全体に行っています。ダウンタイムはありません」

マシンでのケア

「薄くなってしまった眉には眉毛用の育毛剤がおすすめです。目まわりのたるみには『クリオネ』という小さな美顔器を使っているほか、自分でツボ刺激をすることも。『サーマアイ』は定期的に受けています。あとはたまにボトックス注射ですね」

デイリーケア

「コンタクトレンズ(特にハード)を長年使っている方、アイメイクが過剰な方、目をこする癖のある方に眼瞼下垂の症状が目立ちます。また、ドライアイの人には、シリコン製のコンタクトレンズがおすすめです。酸素透過性に優れ、乾きにくいのでいいですよ」

デイリーケア

「目のたるみを防ぐために、洗顔時に目をこすらないよう注意しています。目まわりのメイク落としは大ざっぱに。コットンなどでゴシゴシ拭き取る行為は、シミやシワの原因になるのでやりません。PC作業で目が疲れたときは、ホットパックで温めます」

デイリーケア

「目のかゆみ、眼精疲労、目の下のたるみ、まつ毛の減少が気になります。サプリメントは10年以上飲んでます。終日裸眼で、仕事の際に拡大鏡を使用。起床時・就寝時には点眼薬をさし、アイクリームも朝晩欠かさず。メイクはそっと優しく落とします」



マリゴールドから抽出したルテインと、アントシアニン36%含有のビルベリーエキスを配合したサプリメント。ルテイン&ビルベリー(90粒) ¥2,759 / マルマン

サプリメント&ケア

注意してシワ