

教えて！  
SAORI  
先生

皮膚科専門医が教える美肌へのヒント

# 美肌へ導くQ&A



教えてくれるのは  
三番町SAORI皮膚科  
院長  
宮脇さおり先生  
日本皮膚科学会皮膚科  
専門医。男女年齢問わ  
ず、患者のあらゆるニーズ  
に応える努力を続ける。  
愛犬レオ君にメロメロ。



To be  
beautiful!

今月のテーマ

今年こそ、焼かない！

## 『効果的な予防で日焼け対策』

### Q.3

#### 日焼けに効果的な 治療法はどのような ものがありますか？

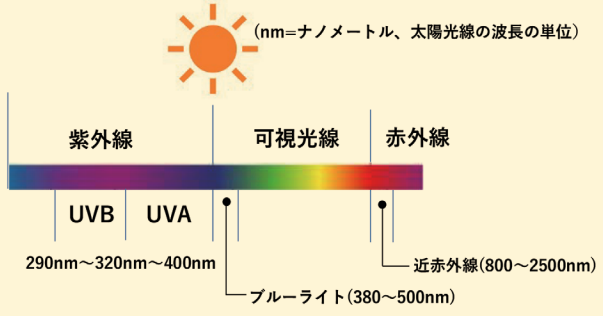
**A.** サンバーン(日光皮膚炎)はやけどと同じなので、自宅  
でできることはまず冷却ケアです。皮膚科を受診し、  
軟膏を塗るとより早く治ります。その後の色素沈着はお肌のレス  
キューとして、当院ではソノイオントリートメントをおすすめして  
います。ソノイオントリートメントは、超音波と電気のW作用によ  
り、美白・うるおい成分などを肌の深部まで浸透させる治療。夏  
の紫外線でダメージを受けた肌を鎮め、整える効果が期待でき  
ます。しみやくすみ、乾燥、毛穴の緩和、ニキビにも有効です。

- price
- ソノイオントリートメント
  - 顔：うるおい・毛穴コース……………13,200円
  - 顔：美白コース……………13,200円
  - 顔以外の部位：手のひら2枚分の面積毎……………13,200円

### Q.1

#### そもそも日焼けって、 どうして起こるのですか？

**A.** 紫外線は主に「UVB」と「UVA」に分かれ、日焼けを起こすのはUVBです。まず、  
やけどのように赤くなり(日光皮膚炎)、治まってくると色素沈着を起こします。これ  
は「紫外線にやられた!細胞の核を守るためにメラニンをつくって暗幕を張れ!」という体の  
防御反応です。日焼けを繰り返すことで、細胞の核が傷つき、しみや、ひいては皮膚癌が  
出現する可能性があります。また、UVAは肌の奥まで入り込んで、将来しわにつながります。



### Advice!



#### 愛しいペットを守るために! ビタミンD外用薬の使用に注意しましょう!

ビタミンDの外用薬を塗った飼い主さんの肌を、犬や猫が舐めたり、剥がれ落ちた  
鱗屑(りんせつ)を食べたりすると、急速に腎不全を引き起こして亡くなってしまふこ  
とがあります!! 乾癬や白斑等で使うお薬ですが、なぜかペットが好んでよく舐める  
そうです。今年の皮膚科学会で獣医師から皮膚科医へのレクチャーで学んだ事  
項です。外用した部位は衣類やサポーターで覆い、愛しいペットを守りましょう。

- ボンアルファ軟膏
  - ドボペット軟膏
  - オキサロール軟膏
  - ボンアルファハイ軟膏
  - ドボネックス軟膏
  - マードゥオックス軟膏
- ※上記はビタミンD外用薬の一部です

### Q.2

#### 日焼けを防ぐために 大切なことは？

**A.** 紫外線を予防するには、まず日焼  
け止めです。適量は乳液タイプで  
1円玉2枚分、クリームタイプは8mm大2個  
分。汗等で落ちるので、スプレータイプをう  
まく使って2~3時間ごとに塗り直しを。愛  
媛県では2月~10月までは紫外線が強く、  
紫外線対策が必要です。お椿さんから秋  
祭りまでは要注意です。特に5月~9月は  
日傘、サングラス、防御布で顔を覆う等、あ  
らゆる手段を使いましょう。写真は当院ス  
タッフの通勤の様子です。



クリニックDATA  
医療法人  
三番町SAORI皮膚科  
☎089-997-7012  
松山市三番町1-7-4 VTビル1F

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
11:00~14:00	休	休	○	○	○	○	○*
16:00~20:00	休	休	○	○	○	○	○*

※日曜は9:00~12:00、14:00~17:00



予約状況や美容に関する情報を配信中!



### CHECK! /

#### ひふかのつぶやき

スタッフによる美容情報・クリニックのトピックスなどをお届け!



当院ではスタッフも着用し  
ている紫外線対策フェイ  
スカパー「ヤケーン」を取  
り扱っています。この夏は  
ヤケーンと日焼け止めを  
使ってシミを防ぎましょ  
う! お気軽にスタッフにお声  
掛けください。

一緒に働いてくれる  
スタッフを募集!  
応募はこちら

