

# 金銀花



渡辺薬局

Tell 0551-22-6161

お花の季節になりました。人間の世界の禍などお構いなく自然の力はすごいと思います。

本来なら今ごろはオリンピックの話題で盛り上がっていたはずなのに残念です。COVID-19の感染者はいまも世界中で増える傾向が続いています。この先も収束する気配もなく、自覚症状が出ないひとがいる反面、重症化してしまう人もいますし、人種によっても環境によっても差が大きく、有効な解決策もないまま第2波、第3と続くようです。

まだまだ油断しないで手洗いやうがいと清潔をこころがけて、衛生面に気をつけながら人込みを避け、十分な睡眠と栄養と禁煙を心がけましょう。

## 【マスク肌荒れ対策】



マスク生活も長くなりました。マスクが好きな国民性もあって、いままでも電車やバス、飛行機での移動のとき乾燥を防ぐとか寝顔を隠すためかもしれませんが、日本人だけマスクをしているのをよく見かけてきました。でも、この蒸し暑さで、毎日のマスク生活はさすがに暑苦しくなってきました。



夏用マスクもいろいろ工夫されていますが、いまの季節は本当に暑くて蒸れて外でのお仕事や、通勤通学のときのマスクは息苦しくなります。

気温や湿度も高くなって、肌がこすれたり圧迫されて、摩擦が起こってお肌のバリア機能が傷つき、顔がヒリヒリしたり吹き出物などができたりといったマスク肌荒れになるひとも多くなっています。

トラブルをおこした敏感肌に、北杜市長坂の女取湧水で作られているリスブラン化粧品がおすすめです。



お手入れ方法は、①クレンジングでやさしく肌になじませた後、

ティッシュペーパーをお肌に載せて、決してこすらないで肌に着いたオイルを吸い取ります。

②洗顔料をよく泡立てて、顔にふんわり載せて、やさしくなでる感じで馴染ませて、ぬるま湯で洗い流します。

③薬用スキンケアスプレー(裏をご参照)でお肌を調えます。

④ローション、保湿クリームを薄く塗ります。

とくにヒリヒリするところ、傷があるところにはナチュラルスキンオイル、エンリッチモイストクリームをおすすめします。

マスク肌荒れを防ぐために、不織布のマスクだけでなく、手作りのマスクの内側にもシルクやガーゼを一枚入れると効果的です。

耳の後ろの痛みにも気をつけてください。炎症が起きていたりゴムで切れていることもあります。ゴムをコットンやガーゼで包むとか、綿のひもにするというのもいい方法です。

紫外線も強くなりますので、お肌のトラブルに気をつけて暑さと湿度に負けない夏をおすごしください。

