

POINT

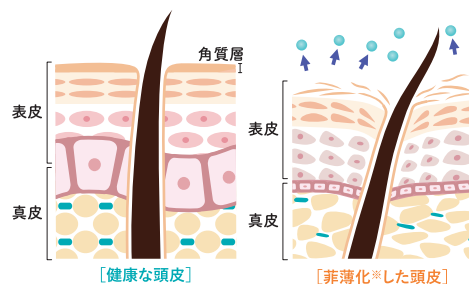
3

ものを言うのは予防とケア

美髪を生み育てる“ふかふか頭皮”に!

頭皮という土壌を豊かに整えて
美しさを高め続ける。

美しい髪は元気な頭皮から生まれます。大切なのは、紫外線やエイジング世代に増える菲薄化※などにきちんと向き合い、「血行が良く、酸素や栄養が行き届いた、うるおいのある柔らかい頭皮」を保つこと。適切な予防とケアを継続して、ふかふかとした健康な頭皮環境で美髪を育てましょう。



※年齢とともにコラーゲンが減少して、髪を支える頭皮が薄く硬くなること

夏の過ごし方が『秋の抜け毛の本数』に影響する?!

一般的な1日の抜け毛の本数は60~100本が目安です。しかし秋になると1日200本とも言われます。「秋は抜けるものだから、仕方ない」という心構えも大切です。一方で、そんなに抜けて欲しくない方も多いはず。抜ける毛は、突然抜けるように感じられますが、実際は抜ける前の3週間前から「退行期」に入っています。

この退行期に入る毛の本数を少しでも減らすために、夏の過ごし方が秋の抜け毛予防につながっていきます。

[TOPICS]



毛髪診断士が教える“美容習慣”の工夫 /
「うるおす」・「促す」・「いたわる」夏バテしない頭皮へ

光老化とも言われる紫外線ダメージは、秋に抜け毛が増える原因の1つ。今から予防対策を行って、夏に負けない頭皮環境を育んでいきましょう。

ご相談・商品のご注文・お問合せはこちらから

0120-260-386 9:00~17:00
(日・祝日除く)
通話料無料

WEB | www.munoage.com | 24時間受付

※お問合せの場合はログイン後、お問合せボタンをクリックしてください。



MUNOAGE

ADVANCED MEDICAL CARE
MIDTOWN TOKYO

株式会社アドバンス・メディカル・ケア
〒107-6206 東京都港区赤坂9-7-1
ミッドタウン・タワー 6F

※掲載写真・イラストはイメージを含みます。

T00349_202404

未来の、美しさのために。

Essence

[エッセンス]

号外

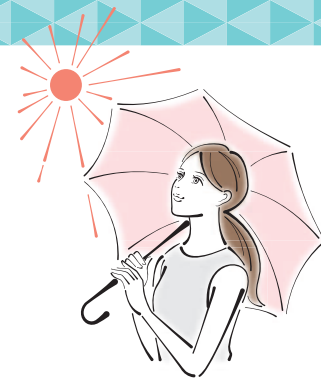
[特集]

毎日できる紫外線ケアで、
髪も頭皮も美しく

[TOPICS]

毛髪診断士が教える
美容習慣の工夫

毎日できる“紫外線ケア”で、髪も頭皮も美しく



紫外線は、肌の光老化を加速させる重大な原因のひとつ。
この夏は頭皮のUV対策を見直して、薄毛や抜け毛など

もちろん「頭皮」という肌にもさまざまな悪影響を与えます。
にもつながる紫外線ダメージから守っていきましょう。

POINT

1

日焼けは顔だけじゃない！

“頭皮の紫外線対策”していますか？

A波・B波からきちんと守り、元気な頭皮をキープする。

「顔や体のUVケアは抜かりなし」という方も、髪や頭皮はつい忘れがちではありませんか。しかもこの30年で、紫外線量はぐんぐん増加しています。地上に届くのは、頭皮の奥の毛母細胞まで届くA波と、髪のキューティクルを壊して頭皮の炎症などを引き起こすB波。2つの紫外線を予防して髪のパサつきを防ぎ、頭皮や毛根の環境を良い状態に保っていくことが大切です。

予防
方法

歳を重ねるほどに、
予防はしっかりと！

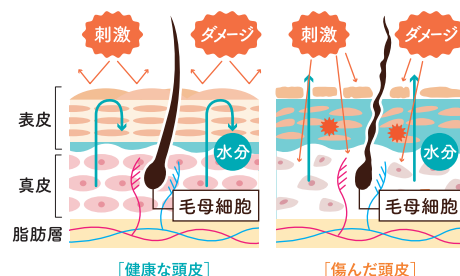
予防は最強の紫外線防御。手軽にできることから始めて、将来の髪のためにも根気よく続けていきましょう。

- 1 出掛ける時は、日傘や帽子を使う
- 2 できるだけ紫外線量の少ない時間帯に外出する
- 3 頭皮や髪に使用できるUVカットアイテムを活用する
- 4 紫外線対策サプリメントを摂る
- 5 ヘアオイルで髪を保湿し、乾燥ダメージを防ぐ
- 6 頭皮環境を整えるアイテムでケアを続ける

対策の第一歩は紫外線を知ることから

頭皮の奥まで届くA波

頭皮は紫外線A波の影響大。髪を作る毛母細胞もダメージを受け、髪の成長機能が弱まる原因に。



キューティクルを傷めるB波



POINT

2

育毛ケアにも直結！

知っておきたい“夏の頭皮事情”

紫外線×暑さ×湿気に 夏の頭皮は立ち向かう。

暑さや湿気で増える皮脂は、紫外線を浴びると酸化します。すると毛穴が詰まったり、雑菌が繁殖したり、頭皮の環境は徐々に悪化。日焼けや炎症、乾燥などを起こしやすくなり、せっかくお手入れしている育毛剤の浸透を妨げてしまうこともあります。

しかも紫外線は頭皮の奥の細胞をジワジワと攻撃して、抜け毛や薄毛を加速させる一因に。紫外線量が最も多い夏は、頭皮に過酷な季節なのです。

ここにも紫外線の影響が！
夏のお悩みセルフチェック

- ✓ 分け目の頭皮が黄色っぽい
- ✓ 洗髪時に湯がしみる
- ✓ 頭皮を触るとこわばっている
- ✓ かゆみが気になる
- ✓ いつもより抜け毛が多い
- ✓ 髪がパサついている
- ✓ 髪色があせてきたように見える

ケア
方法

こまめなケアで、 髪と頭皮にうるおい&栄養を

知らず知らずのうちに積み重ねてしまう夏のダメージ。お手入れを習慣にして、日々の暮らしに取り入れていきましょう。



CARE.1 バリア機能が弱まっている頭皮をたっぷり保湿し、抜け毛の予防ケアを。いつもより優しい力でなじませましょう。

補修効果の高いトリートメント（コンディショナー）を毛先まで丁寧に伸ばし、なじませて。お湯の温度は40℃以下にして、頭皮乾燥を防ぐことも大切です。

