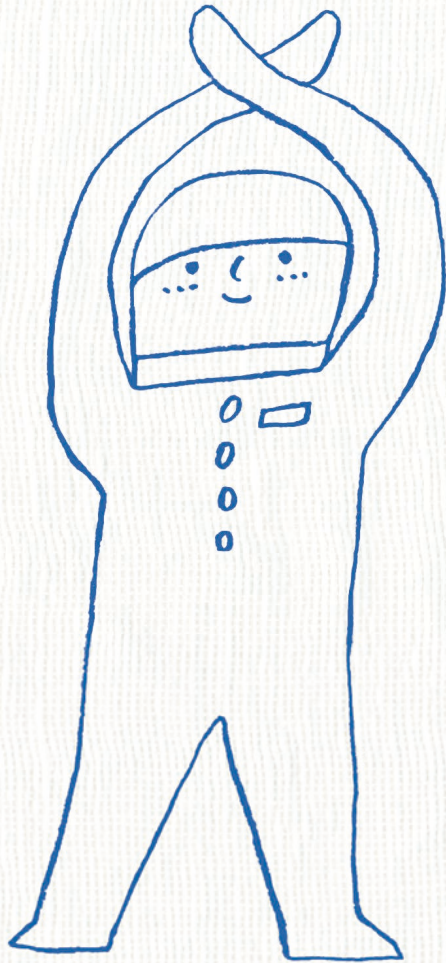


7

まとめ



● 思春期ニキビは子どもを傷つける

- ✓ 中高生の肌悩み No.1
- ✓ たかがニキビと考えない
- ✓ いじめや不登校の原因になった例も

● ニキビのはじまりは、毛穴のつまりから

- ✓ 毛穴が詰まって皮脂がたまるとニキビに
- ✓ アクネ菌が繁殖すると炎症や化膿がおきる

● 朝晩の洗顔と皮膚の保湿で毛穴のつまりを防ぐ

- ✓ 過剰な洗顔は保湿機能を失って逆効果
- ✓ 保湿はクリームではなく、液体で

● ニキビは繰り返させない

- ✓ ニキビ痕になると治らない
- ✓ 自己流の誤った治療は症状の悪化を招く