

< 肝斑 >



肝斑は、30～40代の女性の両頬に左右対称にみられ、女性ホルモンのバランスのみだれが原因で発生するシミと言われています。他にも、紫外線、摩擦、乾燥、ストレス、睡眠不足などの多様な悪化因子があるため、日常のスキンケアや生活習慣を整えていく中で肌への刺激を徹底的に避けることが重要です。治療は、外用、内服、レーザー治療（症例による）など、複数の側面からアプローチしてより効果的となります。

※当院では肝斑に対する「専用のレーザー機器」の取り扱いはありませんが、表在性のシミが混在している場合が多く、一次的にシミレーザー治療を行うことがあります。

【日常生活の注意点】 ★ 肌への刺激を回避すること

- ・ スキンケアやメイクで肌を擦らない
- ・ 洗顔をやり過ぎない
- ・ 紫外線を避ける
- ・ 接触皮膚炎などの皮膚トラブルに注意する



● 外用治療 ～ トレチノイン・ハイドロキノン療法 ～

トレチノインは角質をはがす作用があり浅い層のシミが薄くなります。ハイドロキロンはメラニン色素の産生を抑える作用があります。両者を組み合わせることで、より効率的にシミが改善します。さらに、レーザー治療との併用で、あらゆる種類の表皮内色素沈着症を治療することが可能となっています。

※ 当院では、上述のレーザーフェイシャル治療（5、6回）の後に、この外用療法へ移行する流れを多く採用しています。

※ シミのうち<肝斑>は、レーザー治療により悪化する場合があります、このトレチノインハイドロキノン療法やトラネキサム酸内服療法が、有効な治療となります。

【治療の流れ】 ～ 代表的なホームケア（セルフケア）の一つです ～

トレチノインとハイドロキノンの2つの外用剤を、「2剤同時外用する期間（漂白期間）」、「ハイドロキノン1剤のみ外用する期間（鎮静期間）」などと、医師と一緒にシミの状態を確認しながら治療を進めていきます。一般的には、「2剤を同時に外用する（漂白期間）」からスタートし、色素が薄くなるまでの約2か月間使用します。続けて「ハイドロキノン1剤を外用しながら炎症をとる（鎮静期間）」へ移行します。赤みが消失するまでの1～2か月間、外用します。このサイクルをくり返ししながら、シミ治療を進めます。

※ 耐性が生じやすいトレチノインは、漠然と長期に使用すると治療効果は減弱します。漂白期間が終了後は必ず休薬しましょう。

※ 上述の期間は、目安です。お肌の状態によって治療を進めていきます。

● ケミカルピーリング

ケミカルピーリングとは、お肌に合わせた至適濃度の薬剤を直接塗り、古い角質や汚れを溶かし新しい皮膚の再生を促す治療法です。肌のターンオーバーを正常に戻して、キレイな肌へと導きます。定期的に施術を継続することで、健康で美しいお肌を保ち続けられます。また、毛穴にも働き、ニキビの治療にもなっています。生理的ターンオーバーに準じて、通常1～2か月に1回の施術が行われます。

【期待できる効果】

- ・ ニキビやニキビ跡の治療
- ・ 黒ずみ毛穴の改善
- ・ 美白
- ・ くすみ改善効果
- ・ 肌質改善
- ・ 小ジワの解消

【治療の流れ】 ～ 治療は約20～30分 ～

- ① メイクを落としていただいたあと、薬剤を顔全体に塗布します
- ② 目元・口元は防護します
- ③ 至適時間で反応させたあと、中和液で進行を止めます
- ④ タオルクーリングをしてお肌のほてりを鎮静します
- ⑤ 特に問題なければ保湿・美容液のスキンケアをします
- ⑥ 治療の翌日からお化粧は可能で、紫外線防御を徹底していただきます



【 生じ得る副反応 】

- ・ 施術中の刺激感
- ・ ほてり
- ・ 紅潮
- ・ 施術後の乾燥、落屑
- ・ 一時的なニキビの悪化
- ・ 接触皮膚炎

【 期待できる効果 】

- ・ 遮光が十分にできない方
- ・ 旅行などで、日焼けのご予定がある方
- ・ ケロイド体質
- ・ 治療部位に感染病変や外傷がある方（ニキビの毛嚢炎を除く）
- ・ 脱毛処理（剃毛）の直後
- ・ 過去に同治療でアレルギーや過敏反応の出た方

● トラネキサム酸 内服療法

炎症に関与するプラスミンの働きを抑える作用があります。メラニンの生成を阻害し、シミ（肝斑）の発生や悪化を防ぐ効果が期待されています。内服期間が長くなるほど改善率が上がることがわかっています。効果は 1 か月後から効果が徐々に現れてきます。また、抗酸化作用のつよいビタミン C との併用内服をお勧めしています。

【 期待できる効果 】

- ・ 肝斑の改善と美白のサポート：メラニンの生成を抑えシミの原因にアプローチ
- ・ 抗炎症作用：肌の赤みや炎症を和らげ、炎症後の色素沈着を予防
- ・ レーザー照射治療との併用：内服療法で肝斑の悪化を予防しながら安全に照射する場合があります

【 副作用 】

最も多いのが、腹痛・悪心などの消化器症状ですが、1%未満と少ないです

【 服用できない方・注意事項 】

- ・ 血栓性素因や腎不全のある方、血液を固める薬、トロンビン製剤で治療中の方は血栓症のリスクがあがるため服用できません
- ・ 妊娠中は血栓症のリスクが高まっていることから、服用は出産後からとさせていただきます
- ・ ピルを内服されている方もご相談下さい。血栓リスクが上昇する製剤があります
- ・ 月経中の方は、経血量に影響する場合があります

【 再発のリスク 】

内服を中断すると効果がなくなり、肝斑は高率に再発します

