

もはや常識! アンダーヘアのお手入れ

VIOケア編

◎ **デリケートゾーンって、どこまで洗うの?**

A 隠れているところもめくって、丁寧に

「膣周りは複雑な構造です。特にヒダの裏側には垢や雑菌が溜まりやすいので、指でつまむようにして丁寧に洗ってください。お湯で流すだけでは不十分です。デリケートなのでボディソープを使うのはNG。専用ソープと手で優しく洗うこと」(森田さん)

<右>ジェルで潤った洗い上がり。トレスマリア ソープ 180g ¥3800 / バルドゥッチ <左>ココナッツ由来の低刺激洗浄成分。ピュビケア オーガニック フェミニン シフォンソープ ビターオレンジ&レモン 220ml ¥2100 / たかくら新産業



◎ **アンダーヘアの自己処理って危険?**

A 毛のう炎やワックスでのやけどにはくれぐれも注意

「少し剃る程度ならOK。入り組んだ構造なのでカミソリで切ってしまったり、熱いワックスでやけどしてしまったという方も。また、毛のう炎もできやすいので、アンダーヘアの自己処理には十分に注意を」(福山先生)

◎ **黒ずみが気になります。美白ってできる?**

A ケアや治療である程度は改善

「コスメやビタミンCの内服、点滴などで薄くなります。またサーミバーという高周波治療は、膣内だけでなく膣外の黒ずみ治療にも威力を発揮。悩む必要はありません」(上田先生)



Vラインやワキ、乳首の黒ずみを優しくケア。アンティーム ホワイト クリーム 100ml ¥2600 / サンプル・インターナショナル

◎ **デリケートゾーンの黒ずみの原因は?**

A エストロゲンの影響+下着や服のこすれ

「美白治療は可能ですが、VIOや乳輪の黒ずみはエストロゲンが影響するため定期的に行う必要があります。刺激も一因なので、コットンやシルク素材でこすれにくい形のショーツを選ぶのもポイント」(上田先生)

◎ **デリケートゾーン専用コスメって、ボディ用と何が違うの?**

A 粘膜用だから、pHや成分が大違い!

「目を石けんで洗わないのと同じで、粘膜であるデリケートゾーンにも専用コスメが必要。刺激の強い洗浄剤を使っていると、膣が乾燥してしまいます。洗浄や保湿には、pH値や成分を調整した専用のものを必ず使って」(森田さん)



<右>かさつきやくすみを防ぎ、柔らかい肌に。ピオトゥルム フェミニンクリーム 75ml ¥3700 / おもちゃ箱 <左>下着やナプキンかぶれの予防に。アルジタル デリケートハイジーン ニアウリクリーム 75ml ¥3500 / 石澤研究所



◎ **生理中のムレやニオイが気になります**

A ミストやシートで、モトとなる雑菌を断って

<右>ソフィ デリケートウェットシート フレッシュグリーンの香り 6枚入り×2セット オープン価格 / ユニ・チャーム <左>アロマセラピーカンパニー フェミニンフレッシュ 60ml ¥2350 / コスメキッチン

◎ **VIOの毛が硬い! 毛質って変えられる?**

A ブラジリアンワックスやコスメで柔らかく

「毛質をコントロールしたいと、ブラジリアンワックスを訪れる方が多いです。毛が細く柔らかくなりますし、スキンケアが効きやすくなるので、肌状態も良くなります」(得田さん)



ふわっと柔らかい毛質になるから気になるボリュームもダウン。ピコドンナ ボタニカルソフトナー 100g ¥2800 / クールプロジェクト



ピュビケアサロン白金台
●東京都港区白金台4-5-7 サンストン白金台205 ☎03(6450)3434 ☎10:00~22:00 不定休
ブラジリアンワックス¥8500。ペースは年2回~毎月まで様々。

◎ **実は白髪混じり。VIO脱毛は無理?**

A ニードル脱毛なら可能!

「白髪にはレーザーが反応しないので、その場合は1本ずつニードル脱毛を施します。少し痛みはありますが、毛根にダメージを与えて白髪も確実に脱毛する唯一の方法です」(福山先生)



アヴェニューウィメンズクリニック
●東京都港区六本木7-14-7 六本木トリニティビル 4F ☎0120-766-649 ☎11:00~14:00、15:00~20:00 水・土曜 外陰部のしらがニードル脱毛 1本¥1000(針代別)。脱毛からニオイや黒ずみ、形の相談も可能。

◎ **VIO脱毛、敏感肌でもできますか?**

A アフターケアのあるところなら

「敏感肌でも症状が出ていなければOK。赤みや炎症リスクを避けるため照射パワーを抑え、トラブルがあれば即ケアできるクリニックを選んで」(クロスクリニック院長・石川浩一先生)



クロスクリニック
●東京都中央区銀座5-4-9 ニューギンザ5ビル 10F ☎0120-51-2590 ☎10:00~19:00 日曜 VIO脱毛 1パーツ 1回¥15000、3回セット¥31500、6回セット¥63000。女性看護師のみの対応なので安心。

◎ **VIO脱毛、人気の形は?**

A 「少し残す」と「全部なし」に二分

「未婚の方は少し残す傾向が。上の年代は介護を見据えて全部なくす方が多数」(福山先生)。「VIOラインはなくし、Vラインを整えるのが人気」(プライム銀座美容クリニック広報・石川さん)



プライム銀座美容クリニック
●東京都中央区銀座5-14-5 光澤堂GINZAビル 2F ☎0120-977-278 ☎11:00~20:00 不定休 V・I・O脱毛 1箇所¥4800、V・I・O脱毛 ¥9000。1回の施術でもかなり毛量ダウン。どの部位でも30分無制限 ¥18500のコースも。