

## 「ニキビ肌のメイク」編

ニキビができてにくい化粧品を選び、  
メイクの仕方を工夫しましょう。

ニキビができてからといって、  
メイクをしないわけにはいかないですね。  
化粧品は、ニキビができてにくいことが確認されている、  
「ノンcomedジェニック」のものを選びましょう。  
メイクをするメリットとして、  
ニキビを目立たなくすることができます。  
また、ニキビに悪影響をおよぼす紫外線をカットしたり、  
ニキビを触ったり、いじったりすることを防ぐことができます。



### ニキビ肌のメイクの実際



化粧前

ファンデーション

コンシーラー+  
フェイスパウダー

化粧後

監修：東京女子医科大学東医療センター皮膚科 澤田 美月 先生

ニキビの治療.comをご覧ください

<https://www.maruho.co.jp/kanja/nikibi/>



# ノンcomedジェニックの 化粧品を選びましょう。



ノンcomedジェニック：ニキビができにくいことを確認している化粧品

東京女子医科大学東医療センター皮膚科 澤田 美月 先生

## ニキビ肌のメイクレッスン

ニキビは触ったり、いじったりすることで悪化することがありますが、美しくメイクをすることで、ニキビを触ったり、いじったりするのを防ぐことができます。

### 下地

下地(コントロールベース)を使うことで、視覚的な効果によってニキビが目立たなくなります。

肌の悩み

おすすめの下地の色

▶ ニキビなどで肌の赤みが目立つとき

イエロー系

▶ くすみやすい、肌の疲れが出やすい、血行不良 など

ピンク系

### コンシーラー

- ノンcomedジェニックのものを選びましょう。
- ニキビの黄色い部分を避けて、赤い部分に薬指の先でやさしく置くようにつけます。爪が長い場合は、綿棒を使って、こすらずにつけるようにしましょう。

### ファンデーション

- ノンcomedジェニックのものを選びましょう。
- スポンジやパフなどのメイク道具は清潔に保ちましょう。
- ファンデーションは、お肌が動かないくらいの軽いタッチで、すべらせるように塗るとよいでしょう。

### ポイントメイク

- アイメイクや口紅などには、表情や顔立ちを強調する効果があるので、ニキビから人の視線をそらすことができます。
- チークをいれるときは、お肌への刺激を減らすために、ブラシは立てずに寝かせて使しましょう。
  - 髪型を工夫したり、ピアスなどのアクセサリーも、ニキビへの視線をそらす効果があります。

ニキビが悪化した際には、ポイントメイクのみにとどめてお医者さんにご相談ください。

提供

**maruho** マルホ株式会社

2016年9月作成  
A0916BY-PM