

朝のスキンケア

クレンジング・洗顔

- ハイドレーティングクレンザー
乾燥肌(しっとり洗顔)
- ジェントルクレンザー
普通肌(さっぱり洗顔)
- エクスフォリエーティングクレンザー
脂性肌(スクラブ洗顔)



500円玉大の量を手に取り40~60秒程度洗顔

200ml ¥5,600

化粧水



- バランサートナー

グリコール酸ピーリング

500円玉大の量をコットンにとり、肌になじませる

180ml ¥6,400

美容液



- ミラミン
- イルミネーション AOXセラム

美白

80ml ¥12,800

50ml ¥19,800

ビタミンA (ターンオーバー改善)

1プッシュずつ混ぜて顔全体になじませる

日焼け止め



- サンスクリーン プラスプライマー
30ml ¥7,600
- BSサンスクリーン
118g ¥11,200
- シアーフレイド サンスクリーン
50ml ¥8,000

適量を顔全体になじませる

夜のスキンケア

クレンジング・洗顔



- ハイドレーティングクレンザー
- ジェントルクレンザー
- エクスフォリエーティングクレンザー

洗顔・バランサートナーは朝と同じ

化粧水



- バランサートナー

美容液



- ミラミックス
- CD-トレチニン 0.1% (院内調合)

美白

80ml ¥12,400

20g ¥3,500

強カビタミンA (ターンオーバー改善)

推奨

1 : 0.5

ミラミックス 1プッシュの量(1)に対して、CD-トレチニンを半分(0.5)混ぜて使用

ミラミン

1プッシュを全体塗布

- 目元・首周りには塗布しないように！
- ミラミックス・トレチニンには基本的には「3日使用、4日休み」。開始から2週間後に診察へ！
- 「赤み・皮剥け」の反応が強すぎる場合は、ミラミックス・トレチニンの休業を増やす。
- 何日で反応が出て、何日で治まるのかをしっかりと把握しておく。
- あまりに反応が強い場合は、ミラミン：トレチニンの比率を1:0.25くらいに減量。
- 逆に反応が弱い場合は、ミラミン：トレチニンの量を1:1くらいに増量。
- それでも弱い場合には使用頻度を上げていく。「4日使用、3日休み」。「5日使用2日休み」
- セラピュー中は2-4wごとにケアシス(ペップビュー)の施術がおすすめです！
- ミラミンが無くなったら、セラピューが終わり側のサインです。買い足し禁止！ミラミックスで置き換えてください。メンテナンスプログラムの相談のため、一度ご受診ください。