ZO® SKIN HEALTH セラピューティック・プログラム

なかにし形成外科クリニック

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
￥6,820

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
￥7,700

美容液

- ☐ ミラミン

美白

80ml
￥14,300

- ☐ イルミネーション AOXセラム

ビタミンA（ターンオーバー改善）

50ml
￥24,200

1プッシュずつ 混ぜて顔全体になじませる

日焼け止め美容液

- ☐ サンスクリーン プラスプライマー

30ml
￥8,800

- ☐ シアーフルイド サンスクリーン

50ml
￥9,900

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

- ☐ ミラミン

1プッシュを全体塗布

- ☐ ミラミックス

美白

80ml
￥14,300

- ☐ CD-トレチノイン 0.1%（院内調合）

強力ビタミンA（ターンオーバー改善）

20g￥3,850

推奨

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

1 : 0.5

- ☐目元・首周りには塗布しないように！
- ☐ミラミックス・トレチノインは基本的には「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・トレチノインの休薬を増やす。
- ☐何日で反応が出て、何日で治まるのかをしっかり把握しておく。
- ☐あまりに反応が強い場合は、ミラミックス：トレチノインの比率を1:0.25くらいに減量。
- ☐逆に反応が弱い場合は、ミラミックス：トレチノインの量を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。

セラピューティック　フルセット￥79970（税込）