

広告

企画・制作／  
読売新聞社広告局

# 医師が教える「美・健康ナビ」



木下 孝昭先生  
医療法人社団 孝昭クリニック院長  
医学博士

医師による美と健康に役立つ  
アドバイス「美・健康ナビ」を12  
回シリーズで連載しています。

## 第8回

春の肌トラブルと体調管理

「悩みに応じた治療を」

日差しが暖かくなってきました。そろそろお出かけや明るいおしゃれを楽しみたいくなる季節ですが、鏡を見て、顔色や体形が気になる、なんてことはありませんか。

実は、春は最も肌荒れや体調不良を起こしやすい季節です。気温が上がり、体が外部環境の変化に対応しようとするため、新陳代謝が活発になり、皮脂や汗も増加します。この急激な変化がかぶれや肌荒れの原因に。また黄砂や花粉などによるアレルギーや、自律神経の失調が起こりやすくなります。

皮膚は「内臓の鏡」といわれます。冬の間は体力が落ちていたり、ところに睡眠不足や花粉症を患うと、肌がかすみ、たるみやしわの原因になります。体調が悪いと、ダイエツトもうまくいきません。

クリニックでは症状に合わせ漢方やビタミン剤の処方、レーザー光によるしみ・しわ対策など多くのメニューを用意し、お悩みに応じた治療を提案しています。春を健康に明るく過ごせるよう、新しく思い切った治療を始めてみてはいかがでしょうか。

協力／医療法人社団 こうしょう 孝昭クリニック

電話：0798-22-4466 〒662-0051 兵庫県西宮市羽衣町5-13 ワジュール夙川(しゅくがわ)ビル1・2・3F