

## トレチノイン+ハイドロキノンの外用薬を使用される方へ

### ○トレチノイン

医療用のトレチノイン（オールトランスレチノイン酸）はビタミンA（レチノール）の誘導体で化粧品に含まれる成分の100倍の薬効があります。米国のFDAにも認可されており、皮フの若返り薬として使用されています。

トレチノインは皮膚の角質をはがし、表皮の細胞分裂を促進し、皮膚の再生を促します。また、皮脂腺の働きを抑えて皮脂の分泌を抑制します。表皮内でのヒアルロン酸等の粘液性物質の分泌を高め皮フをみずみずしくし、真皮ではコラーゲンの分泌を高め、長期的には皮フのハリ、小じわの改善をもたらします。

以上の作用により、一時的に反応性の皮フ炎が起こり、開始後2.3日で皮フが赤くなったり、ぽろぽろと角質が取れてきます。特に皮膚の弱い方ではトレチノインを塗ったところが赤くなり、赤むけの状態になることが多いですが、これはトレチノイン治療において起こりやすい反応で、中止すれば回復しますので、自然にはがれるのを待ってください。

### ○ハイドロキノン

ハイドロキノン（エルキドンクリーム4%）は肌の漂白剤とも呼ばれる成分で、当院で扱っている4%の高濃度のもは医薬品です。

ハイドロキノンは肌の中で起こるメラニン生成のスピードを遅くする作用があるため、過度に色素沈着を起こした部分に使用することにより、メラニンが少なくなり、肌の黒さが正常に戻っていき、明るさを取り戻すことができます。

### ○使用方法

**1日1回夜**の使用（使用した直後は紫外線に当たらない方が良いでしょう）

化粧水、乳液等で、全体的にお肌を整えた後の塗布で構いませんが、できればシミの部分にはトレチノイン+ハイドロキノンのみの方が濃度が薄まらないため効果が高いです。

- ① トレチノインを綿棒で気になるシミの部分だけにはみ出さないように塗ります。
- ② ハイドロキノンを綿棒でシミの部分に薄く塗り広げます。ハイドロキノンはシミから少々はみ出しても問題ありません。

**\* トレチノインは3ヶ月塗って、6ヶ月お休みします。ハイドロキノンは、お休みなしで塗り続けていただきます。**

\* シミのほとんどは4週間後ぐらいから改善してきますが、個人差がありますので場合によってはそれ以上かかることもあります。

\* 使用中は紫外線に敏感になりますので、季節問わず日焼け止めなどで日焼け対策が必要です。

\* 妊娠中の方はトレチノイン、ハイドロキノンの使用ができません。

\* 赤みや痛みが強すぎたり、血がにじんだりする場合は①トレチノインの使用を中止して、医師の診察を速やかに受けてください。

## スペクトラ（YAG レーザー）によるシミ（浅在性色素斑）の治療を受けられる方へ

浅在性色素斑（光老化などでできる境界がはっきりした茶色いシミ）は Q スイッチ YAG レーザーを照射することにより、ほぼ 1 回でキレイに除去できます。照射中の痛みはごくわずかで、照射径 3.4mm の円形のスポットでシミの部位を照射していきます。シミの大きさによりますが、治療時間は数分～10 分程度です。

### レーザー照射後の流れ

レーザー照射直後、シミの部位は白から～灰色に変化し、その後茶色のかさぶたに変わっていきます。

**このかさぶたに軟膏を塗ってテープを貼る処置を朝晩 1 日 2 回行っていく**と、個人差はありますが、皮膚が出来てくるに従い、**2.3 週間程度でかさぶたがはがれます。**

かさぶたが剥がれた後の肌はピンク色の肌からそのままキレイになっていく方と、色素沈着が強めに起こって照射前より濃い茶色になる方がいます。ですが、適切なケアをすれば色素沈着が強く起こった方でも 1 年程度でキレイになっていきます。

かさぶたが剥がれた後は、より早く皮フをキレイにするために光線治療を行い、必要であれば自費で外用薬を購入して使って頂く場合もあります。また、シミの一部に茶色く膨れた部分が混在する場合（脂漏性角化症）は、1、2 ヶ月経過を見た後に、その部分を電気メスなどで焼却して削り取る必要があります。

### レーザー照射当日からかさぶたが剥がれるまでの注意事項

- \* 入浴・洗顔・洗髪は当日から OK です。テープが剥がれないように注意してください。多少、水に塗れても、石ケンやシャンプーが少々付いても、よく流せば問題ありません。洗顔・入浴後に水分をぬぐった後に新しいテープに貼り替えてください。
- \* 照射部位への化粧品は指示するまでは避けて下さい。
- \* 軟膏の量が少なく、テープの粘着力が強い場合、貼り換え時にかさぶたが剥がれて血がにじむことがまれにあります。ガーゼで 5 分程度押さえていただければ止まります。血が止まりにくい場合は早めに診察を受けて下さい。

### かさぶたが剥がれた後

- \* 色素沈着が濃くなるため、洗顔時にこすりすぎたり、日焼けなどの刺激は避けるようにしてください。
- \* 一度除去したシミでも再発する可能性があります。
- \* ごくまれに傷の部分が膨れてきたり（肥厚性瘢痕）、茶色にくすんでくる（炎症後色素沈着）場合がありますが、そのような場合は放置せずに診察を受けてください。

レーザー照射後は 1 週間ごとに経過をみせに来てください。

## GentleLASE(医療レーザー脱毛)治療を受ける方へ

当院のレーザー脱毛では、アレキサンドライトレーザーを使用します。この機械は表皮を守るために冷却ガスが照射直前に噴射されるため、表皮を痛めることなくレーザーがメラニンに吸収され、ダメージが少なく安全です。

**痛みはゴムで軽く弾かれるような感じ**です。部位や毛の濃さにより痛みが異なり、毛が濃く密集している部位では反応するメラニン量が多いため痛みを強く感じる傾向にあります。

### 脱毛完了までの回数

毛の周期に合わせて**6週～8週間（最短4週間）の間隔**で脱毛を行います。1回の脱毛で1～2割程度の毛が無くなると言われており、**脱毛の回数は平均5～7回**です。部位や元々の毛の量などによってはそれ以上の回数が必要になることもあります。

### レーザー照射前の注意事項

- \* 過度に日焼けした肌や生傷等のあるお肌には照射できません。
- \* 毛抜きは使用せず当日までにカミソリで剃毛した上でご来院ください。
- \* 顔の脱毛の場合はメイクを落とした状態で照射します（クレンジング・洗顔料をご用意しておりますので当院で落として頂いても大丈夫です）
- \* ホクロに照射すると色が薄くなる場合があります。特にお顔などで残したいホクロがある場合は事前にお伝えください。

### レーザー照射後の経過

- \* 照射してから2週間前後経つと、当てた部分の毛が自然に抜け落ちます。照射後にカミソリで剃毛している場合はしばらくの間毛が生えてこなくなります。
- \* 照射後はお肌が乾燥する場合があります。乾燥すると埋もれ毛の原因になりますので保湿を心がけてください。
- \* 毛穴に沿って赤みがでることがよくありますが、多くの方は翌日までには治ります。場合によっては数日続くこともありますが、一過性の症状ですので心配いりません。水膨れができたり、1週間以上長引いたり、痒みが出る場合はご相談ください。
- \* **ごくまれに硬毛化が起こる可能性があります。**これは毛の本数は減少するものの、毛が濃くなる・硬くなる・太くなる・長くなるといった現象です。原因ははっきりしていません。

**主にフェイスライン・頸部～上腕にかけて・背中などの産毛に照射した場合に見られます。**毛が太く色が濃いほどレーザー脱毛の効果は上がりますので根気よく回数を重ねることで解決できますが、通常よりも脱毛

**完了までの回数が多くなる可能性があります。**

## Pelleve(ペレヴェ)による美肌療法を受けられる方へ

ペレヴェは高周波ラジオ波により皮膚のしわ・たるみを取り、顔全体の引き締めを行うスキンタイトニング・リフトアップ療法です。

しわ・たるみの原因である真皮層のコラーゲンの減少や配列の乱れ・断裂に対し、高周波ラジオ波の熱エネルギーが皮膚の深い層まで到達してコラーゲン・エラスチンの新生を促進、活性化させることで弾力と張りのあるお肌に蘇らせます。

### 期待できる効果

リフトアップ効果による、しわ・たるみの改善

お肌の引き締め効果による毛穴の引き締め、ニキビ瘡の改善

### 治療の流れ

施術部位にジェルを塗り、専用の機器で熱を皮下に加えていきます。施術中の皮膚の表面温度は40～42度程度で、温かいお風呂と同じぐらいの温度になります。心地よいマッサージ効果とリラクゼーション効果が得られます。基本的に痛みはなく麻酔不要です。施術後にほんのりお顔が赤くなりますが、ダウンタイムもなく施術後すぐにお化粧も可能です。

施術直後はコラーゲン繊維のタンパク変性により細胞がギュッとしまり、リフトアップ効果を時間して頂けます。その後、皮膚の張りはいったん落ち着きますが、コラーゲンとエラスチンの再生が始まると再び肌に弾力が生まれ、たるみやしわが改善されていきます。

最初は4週間毎の施術がオススメです。回を重ねる毎に効果が現れやすくなります。

症状によりですが、5～10回継続すると、施術前との違いを実感しやすいと思います。

以降は3～6ヶ月間隔でメンテナンスとして継続すると効果が持続します。

### 注意事項

妊娠されている方、ペースメーカーを装着されている方は施術できません。

アクセサリや時計などの金属類は施術前に体から外していただきます。

皮下に金属プレートや金の糸のある方は施術できません。

## スペクトラによる治療を受けられる方へ

スペクトラは、2種類のショートパルスだけではなく、ロングパルスのレーザーも搭載しているため、使用するモードにより様々な肌の悩みに対する治療が可能です。

### 1. ルートローニング

Qスイッチモードのレーザーローニングで肝斑、PIH（炎症後色素沈着）の治療を行います。

基本的に無麻酔で数分から10分程度の施術時間です。1.2週間に1度で5～10回程度の照射を行うと効果的です。照射直後は赤みが出ることがありますが、1日前後で元に戻ります。ダウンタイムはほぼなく、当日からメイクが可能です。

### 2. スペクトラピール

レーザーの熱をお肌の深層へ伝えるロングパルスモード。ニキビ改善、毛穴・小じわ・赤ら顔の改善、タイトニングなどの効果が期待できます。

### 3. ルートロピール

ホワイトニング効果があるモード。肌のくすみや色むらを改善し、透明感のある肌に導きます。

### 4. デュアルピール

スペクトラピールとルートロピールを同日照射します。相乗効果があるため、それぞれの単独治療よりも効果的です。

2.3.4の治療も基本的に無麻酔で、2.3は全顔で10～15分程度、4は20～30分程度の治療を行います。2.3週間に1度、5～10回の照射を行うと効果的です。照射直後は赤みが出ることがありますが、1日前後で元に戻ります。ダウンタイムはほぼなく、当日からメイクが可能です。

## 治療できない方

妊娠中の方、金の糸などの施術をされている方、先天性のアザに対して白や肌色の色素を入れている方、ステロイド服用中の方、金製剤使用歴のある方、アートメイクの部位

## 治療について

レーザー光が当たるとパチパチと軽くゴムではじく程度の痛みを感じる場合があります。

お化粧は当日から可能です。施術後はしっかり保湿してください。

照射後の皮膚は紫外線に敏感になりますので、しっかりとUVケアを行ってください。

施術後2～5日ほど肌が乾燥したり、ごくまれにかゆみを伴う毛囊炎がでることがありますが、一過性の反応です。施術回数を重ねることでそれらの反応は出にくくなりますので、ご安心ください。

## フォト RF 治療を受けられる方へ

フォト RF は、IPL をさらに進化させた APL (Advanced Pulse Light:光エネルギー) と RF (高周波エネルギー) により美肌効果が得られる機械です。

### 期待できる効果

シミやそばかす・くすみの改善

小じわや毛穴の引き締め

赤ら顔やニキビの赤みの改善

肌のハリやリフトアップ効果

APL は、広い波長域を含む光線で、その中にはメラニン色素 (黒色)、血管 (赤色) などに反応する波長が含まれているため、APL を照射することにより、シミや赤みが解消されます。

RF は、レーザーでは届かない皮膚の奥深くまでエネルギーが到達し、真皮層や皮下組織の水分を含むタンパク質に熱が加わり、その一部を変性・収縮させます。これによって皮膚は引き締まり、ハリがでてリフトアップ効果が得られます。また、このように刺激を受けた部位では繊維芽細胞が活性化され、コラーゲンやエラスチンの産生が促進されて、肌の若返りを促します。

### 治療の流れ

まず、顔にジェルを塗り、テスト照射にて最適なエネルギー出力を決定し、照射していきます。

治療時間は、顔全体で約 20~30 分です。

照射時には少しチクとした感じやエネルギーが入り込むようなジュワンとした感じがありますが、麻酔は必要のない程度の痛みです。

副作用はほぼありませんが、照射後に一過性の赤みが生じることがあります。ほとんどの場合は数時間から数日で消退します。基本的にダウンタイムのない施術ですので、直後からお化粧可能です。

細心の注意を払って施術しておりますが、お肌の状態や毛の干渉により、まれにやけどを生じることがあります。万が一、やけどを生じた場合は、的確な治療を行います。

3.4 週間の間隔をあけて、5 回の照射を 1 クールとして行っています。重ねるごとに効果を実感して頂けると思います。

## GentleLASE（レーザーフェイシャル）治療を受けられる方へ

レーザーフェイシャル治療は、医療脱毛で使用するアレキサンドライトレーザーを用いて行います。アレキサンドライトレーザーは、表皮上層のメラニンに反応し、色を薄くすることができます。（メラニンの濃さや深さなどによって反応が違ってきます。照射を重ねて徐々に薄くなるイメージです。）また、レーザー光により、脂腺や毛穴が縮小します。

### 期待できる効果

くすみ、そばかす、薄いシミ、産毛の除去  
ニキビ肌の改善  
毛穴が引き締まる

### 照射前の注意事項

照射前の過度な日焼けは禁止です。メラニン色素に反応するレーザーですので、日焼けした肌に照射すると、赤みなどの副作用が強くなる可能性があります。

### 照射後の経過

施術終了後は患部を数分間冷却します。  
照射部位は皮膚表面が炎症を起こしている状態で、多少赤みはありますが、正常な反応ですので問題ありません。照射部位を強くこすったりすることはせず、石鹸をよく泡立てて優しく洗うようにしてください。  
また、部位により、まれに炎症後の色素沈着が起こる場合がありますが、多くの場合は半年程度で改善されていきます。

4週間毎の照射を数回続けていただくと効果的です。

## 治療承諾・同意書

医療法人 三島クリニック 殿

私は、下記の治療を受けるにあたり、貴院の担当医から治療法・効果・リスク等に対する説明を受けました。

その内容を理解し、十分納得した上で、ここに治療を受けることを承諾いたします。

治療及び治癒の経過中に起こりうる症状に対しては貴院に全てを一任し、担当医の指示に従って治療いたします。

1. フォトRF・ペレヴェ・電気脱毛治療・Alex(レーザー脱毛・レーザーフェイシャル)
2. CO2レーザー・YAG(532・1064・レーザートーニング)・モザイク治療
3. 外用(ハイドロキノン・トレチノイン)治療
4. イオン導入・ケミカルピーリング
5. 脂肪溶解注射・ボトックス注射・ヒアルロン酸注入療法
6. 特殊薬剤による治療(イボ・多汗症)
7. その他の治療( )

最終的にどのくらいの治療効果があるかには個人差がありますので、100%の治療効果を保証することはできないことをご理解ください。

特に、シミ・くすみの治療に関しては、効果が発現するまでに最低3～6ヵ月、時には年単位の時間がかかることもあります。(理論的にはこれらの症状は日々悪化し続けるものですから、定期的なメンテナンス治療が必要です。症状の悪化するスピードが治療のスピードよりも速い場合は、治療の効果が全くないことや、かえって悪くなるということもあり得ます。)

また、上記の6. 以外の治療には全て自由診療の初診料 2000 円と再診料 1000 円(税別)がかかります。

ただし、レーザー脱毛は初診料のみです。

チケットの有効期限は購入日から1年です。

上記の内容も十分に理解しました。医師の指示通り、症状が改善するように毎日の処置・定期的な通院・洗顔もこすりすぎないようにし、紫外線防御対策などを行い最善を尽くします。

年 月 日

(患者)住所: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

氏名: \_\_\_\_\_

(同意人)住所: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

氏名: \_\_\_\_\_ (患者さんとの関係: \_\_\_\_\_)

(患者が自筆署名できない場合のみ、親族である同意人が署名・押印して下さい。)