



T O P I X

sato clinic

医療レーザー脱毛

春の訪れとともに薄着になって、夏が近づいてくるたびに、毎年ちょっとムダ毛が気になる方はいませんか？ムダ毛の悩みから解放されて、全身すべすべになりたい！そんなあなたのために、佐藤クリニックでは、医療レーザー脱毛を始めました。今回のトピックスでは医療レーザー脱毛について易しく説明しましょう。

どうしてレーザーで脱毛できるの？

寒い冬の日でも、天気の良いとき太陽に当たるとぼかぼかしてきますね。太陽光線の中にはいろんな波長の光が含まれていますが、その中の「赤外線」は物質に吸収されると熱を生じるので、暖かく感じるのです。電気屋さんに行くと、遠赤外線ストーブとかハロゲンヒーターといった暖房器具が並んでいますが、これらも赤外線で暖める原理を利用しています。

レーザー脱毛というのはこの原理を利用して、黒い色素（メラニン）だけに集中する波長（赤外線）のレーザーを照射することにより、

皮膚の表面を通過して毛根に集中し瞬間的に高熱を生じさせ、この高熱で毛根に接している毛包や毛の製造工場

ともいえる毛球部の毛母細胞と毛乳頭を焼灼することで、毛の再生を抑制するというものです。

レーザー脱毛のいいところ

●高い安全性 当院で用いるダイオードレーザー装置は、医療機関のみに使用が許可された米国FDA公認の最先

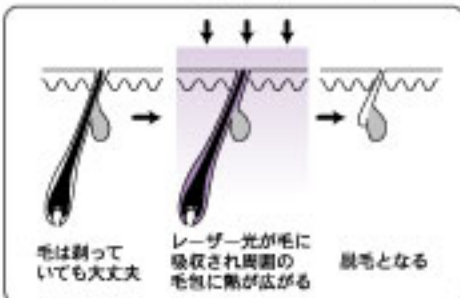


端の脱毛専用レーザーなので、その安全性、脱毛効果も実証済みです。

- 痛みが少ない 照射の際、皮膚を輪ゴムではじかれているような痛みはありますが、針脱毛のような強い痛みはありません。
- 短時間、短期間でスピード脱毛 個人差もありますが、両ワキなら1回、5～10分、2～3ヶ月に1回の照射で、5回程度で完了します。
- 敏感肌、アレルギー体質の方にも最適 脱毛用レーザーは表面皮膚を透過してしまうので、皮膚に負担が少なく、アトピーや敏感肌の方にもおすすめの脱毛法です。

レーザー脱毛の本当のこと

●レーザー脱毛も一度で済むものではない 毛は、毛周期（ヘアサイクル）という一定の周期を繰り返し、生まれ変わって



います。レーザー脱毛で効果があるのは、毛根がメラニン蓄えている成長期、退行期の毛だけで、休止期の毛には効果がありません。そのため1回だけレーザー照射を行っても、そのとき休止期にあった毛がやがて成長期に入り、生えてきてしまいます。表皮上に出ている毛は、全体の3分の1といわれていますので、毛周期を考慮して数回のレーザー照射を繰り返すことで、確実な脱毛効果を得ることができます。

●**全く痛みがないというわけではない** 毛包に熱を与えて毛を生えなくするので、ある程度強い出力のレーザー光でなければなりません。痛みを全く感じないほど出力を下げたままでは、永久脱毛はできません。毛の質、生え方など個人差も大きいのですが、濃い毛が密に生えているところは痛いものです。しかし佐藤クリニックのレーザー装置には先端に冷却装置が付いており、それにより痛みを軽減したり、皮膚の損傷を防ぎます。

レーザー脱毛の実態

●**ご予約** 実際のレーザー脱毛を行う前に、カウンセリングを行いますので、ご希望の日時が決まりましたら、お電話にてご予約ください。カウンセリングには30分程度を要します。

●**カウンセリングとテスト照射**

1. 医師または専門のナースによるカウンセリングで、脱毛希望部位の皮膚および毛の状態を診察し、レーザー脱毛の仕組みおよび料金の説明を行います。
2. カウンセリングのあと、テスト照射を行います。
レーザーに対する皮膚の反応には個人差があるため、目立たない部分にテスト照射し、レーザーの出力を微調整します。一人一人に最適な脱毛を行うためのテストです。

3. カウンセリング後数日間くらい、テスト照射した部分を観察されたあと、1回目の本照射の予約をお取りください。

●**本照射**

1. まず、レーザーの照射範囲の毛を剃ります。
2. 皮膚を保護するためのジェルを塗り、皮膚の反応を見ながら隙間なくレーザーを照射します。
当院では特別にトレーニングを受けた専門のナースが優しく丁寧にレーザーを照射します。
3. レーザー照射後、皮膚の状態を観察し、軟膏を塗布したあとお肌を鎮静させます。

●**アフターケア**

1. 脱毛当日の入浴は控えてください。シャワー、洗髪、洗顔は可能です。
2. 脱毛後1週間程度は、直射日光や刺激のある活動（温泉、プール、海水浴など）はさけてください。照射期間中はなるべく日焼けをしないよう、ご注意ください。
3. 4週～6週間くらいから、今回休止期であった毛が発毛してきますが、抜毛は行わず、剃毛にして、2回目の照射の予約をしてください。

●**最後に**

最近では脱毛というと「レーザー脱毛」というくらいよく知られた脱毛法です。もともと医療用のレーザーは、アザやホクロを治療するために使われてきたものですから、永久脱毛は、この医療用のレーザーを用いる医療行為なのです。安心できる医療機関で、きちんとした脱毛処理を行いましょう。

健康&キレイ

女性に多い、冷え症 その理由は？

冷え症で悩んでいる方、たくさんおられるのではないのでしょうか？体熱の約6割を生み出している筋肉の量が、女性は男性に比べて少ないことや、月経などホルモンの変化によって自律神経が影響を受けやすいために、やはり、女性に多い傾向が見られます。

自律神経には、気温が下がると血管を収縮させて血流を抑え、体外への熱の発散を防ぐという働きがあります。ところがこのバランスが崩れると、血管が収縮しすぎて血流が減るために、手足の先まで十分に熱が行き渡らなくなってしまいます。自律神経の働きが乱れる原因には他に、ストレス、栄養の偏り、運動不足、などがあります。また室内外の温度差が大きいと自律神経の働きがにぶり、夏にも冷房による冷え症がおこります。

改善するためには？

血行を促進するにはお風呂が一番。38～40℃のぬるめのお湯にゆっくり15分以上つかりましょう。リラックスの神経である副交感神経の作用で体が芯まで温まります。あるいは足浴もいいですよ。足で温められた血液が循環し内臓を温めます。次に重要なのが食事です。食べ物には体を冷やすものと温めるもの、そのどちらでもないものがあることはご存じですね。一般に寒い地域で収穫されるものは体を温めるといわれています。体を冷やす食品をとるときには加熱するなどの工夫をして、バランスの良い食事を心がけましょう。最後に運動です。一番良いのが「歩行」です。歩くことによって足の筋肉が動き、それに伴い静脈が圧迫されてポンプの役割が活発になり、その結果血行がよくなるのです。いかがですか？「体質だから」とあきらめず、毎日の生活をちょっとだけ見直して冷え体質を克服してみませんか！



院長から一言

昨年12月初めて人間ドックに入りました。生まれて半世紀、知らないうちにどこかにガタが来ていることが心配だったのですが、幸い年齢相応で、特に問題はないようでした。そのときにすごいなと思ったのは最新の画像診断技術の進歩です。検査のときは何もせず単に寝ているだけだったのに、そのあと検診医から説明を受けるとき、その画像を見せてもらって思わず「オーッ」と声が出ました。その画像というのが、たとえば脳内の血管の様子が3次元（3D）立体映像として表現され、いろいろな角度から異常の有無を判断できましたし、あるいは心臓の血管も同じように立体的に見ることができました。改めて技術の進歩に感心させられ、自分に異常がなかったという喜びより、診断画像の美しさに思わず喜んでしまいました。

そういえば今から約25年前、私が京大病院産婦人科の研修医になった年、京都大学産婦人科に初めて超音波診断装置が導入されました。今からみると画像も相当悪いのですが、その当時は最新鋭の装置で、おなかの中の赤ちゃんが動いている様子が見えて感激したものです。その後超音波装置の進歩はめざましく、2002年、3D立体超音波映像が動いて見える4D超音波装置が開発されました。佐藤クリニックにもその年に導入されましたから、皆さまももう多くの方が、赤ちゃんの4D映像をごらんになっていると思います。4D映像の場合、胎内の赤ちゃんの体の向きなどによってかなり見え方が違うのですが、きれいに顔が見えたときは私自身喜んでいるのです。

こう考えると、私自身が超音波画像診断装置の発達を目の当たりにしているのですが、毎日見ているとその進歩のすばらしさに気がつかないものですね。

Q and A

Q エステのレーザー脱毛とどう違うのですか。

A 医療レーザー脱毛が広まるにつれて、医療レーザーに似た機械を取り入れて脱毛を始めているエステサロンもあります。医療用脱毛レーザー機器はエステサロンでは使用できないので、その代わりとして、黒い色素にエネルギーが集まる光を発生する装置を利用した「光脱毛」です。

レーザーというのはメラニンだけに集中する単一波長の光ですが、「光脱毛」の光は様々な波長を含んでいます。メラニン細胞に効果のある波長も含んでいます。他の不必要な波長も多く含んでいるため、エネルギーを強くすることができません。ですから、脱毛効果が弱い上に副作用も考えられるためクリニックでは使われないのです。

Q 永久脱毛できますか。

A 永久脱毛という行為は、毛を作っている毛乳頭を完全に破壊してしまうものなので、そうすればその瞬間から毛は永久に生えないものです。レーザー照射を適切に行えば永久脱毛は可能です。しかし、休止期にある毛や、白髪は脱毛できませんし、うぶ毛も脱毛が困難な場合があります。そのため厳密な定義に当てはめると、永久という表現は正しくないと言えます。ただ、少なくともレーザー脱毛が始まっ

て以来8年間は完全に照射前の状態には戻ることなく減毛状態（部分的完全脱毛）が維持されていることも確認されていますので、通常多くの方が満足できる程度では、ほぼ永久脱毛になるともいえます。

Q 毛深い人でも大丈夫ですか。

A 毛深いほうが、むしろ毛1本あたりが吸収するレーザー光のエネルギーが多くなるため効果は高く出るので、劇的に減毛します。ただ初回は痛みを強く感じやすいので少し弱めの設定で行います。



フラワーアレンジメント教室

2月から月に一回、佐藤クリニックサニーホールにおいて、フラワーアレンジメント教室が始まります。講師はスタジオ・フロルの田中ゆき先生です。どなたでも気軽に楽しんでいただける内容となっていますので、お誘い合わせの上、是非ご参加ください。2月は2日（水）、3月は9日（水）におこないます。お子様と一緒にのご参加もOK。詳しくはフロントまでおたずね下さい。



STAFF紹介

ナースアシスタント
片岡 久美子

佐藤クリニックでお世話になってもうすぐ1年になります。新しい生命の誕生に毎日が感動の日々です。そんな幸せな時をお手伝いする事が出来て充実した日々を過ごさせていただいています。まだまだ未熟な私は、戸惑いや失敗もありますが生まれてきた赤ちゃんを見ているととてもうれしくなります。これからも、笑顔を忘れずに頑張っていきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願い致します。



STAFF紹介

フロント
細江 蘭

佐藤クリニックで昨年の4月からお世話になっています。妊娠、出産されてご退院される日の赤ちゃんを抱かれたお母さんの幸せそうな安らいだ表情、周りのご家族のやさしい眼差しを見ていますと、本当に幸せな気持ちになります。ご退院される日までお客様が快適に過ごしていただけるよう笑顔でがんばりたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願い致します！

学会・研修報告

1月23日、東大阪市にある小阪産病院へ見学に行きました。ベッド数約60床、年間約2000件の分娩がある（一日に5～6人の赤ちゃんが生まれます）大きな病院です。ここでは、常時150名のスタッフが働いておられます。そんなマンパワーを活かして、外来での相談室の充実や助産師による外来診療の開設などに熱心に取り組んでおられました。しかし、病院が広いので、お客様とスタッフがPHSを使って話している光景も見かけられ、少しお客様との距離を感じてしまいました。いつも、お客様と目と目を合わせてお話をしたい私たちにとってはちょっぴり寂しい気も…。私は佐藤クリニックのあたたかな空気がとても好きです。佐藤クリニックならではのアットホームな雰囲気大切にしながら、お客様へのより一層のサービスができるようにこれからも新しいチャレンジをしていきたいと思っております。（大谷・瑠部）



2月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
	女	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月			
	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付			
3月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	女	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	予約受付	

※受付時間により変更する
場合があります