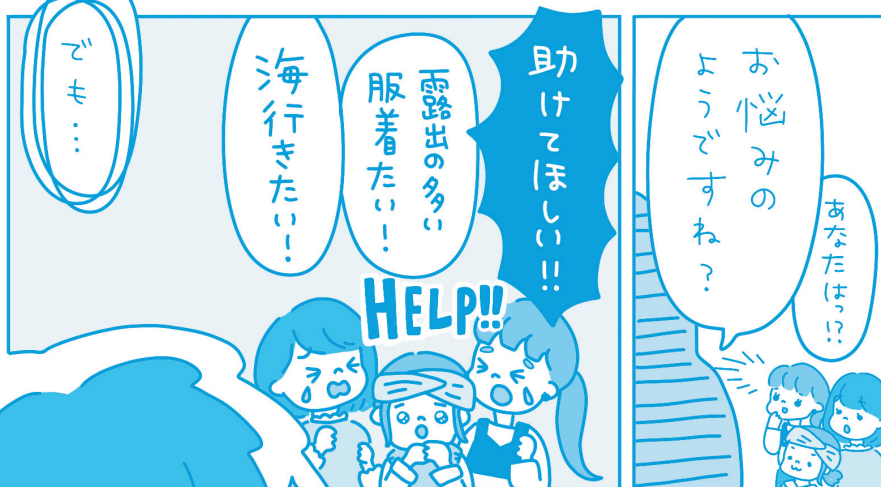






はじめに

ムダ毛がなくなれば、もっとキレイに、そしてもっとラクになれるのに……。

この本を手にとられたあなたは、多かれ少なかれ、そんな思いを抱えているかもしれませんね。

そのお気持ちは、痛いほどよくわかります。といいますのも私自身にも、ムダ毛に思い悩み、苦勞した経験があるからです。

私の人生は、医療脱毛によって救われたと言っても過言ではありません。このすばらしい医療脱毛を、少しでも多くの方々に経験していただきたい。ムダ毛の悩みから解放されることによって、さらに幸せになっていただきたい。そうした思いから、本書の出版に至りました。

私は現在、新宿・渋谷・池袋の3か所で、医療脱毛に特化した「ビューティースキンクリニック」を展開しています。そして、2016年の開業以来、10万人を超える患者さまの脱毛に立ち会ってきました。本書では、そうした経験のなかで得た知見をできるだけわかりやすくお伝えしたいと考えています。

近年、脱毛を扱うクリニックやエステサロンの数が急激に増えました。そのおかげで脱毛が身近になったのはすばらしいことですが、一方で、思うような脱毛効果が得られなかつ

たり、ヤケドを負ったり、お金のトラブルが発生したりという悩ましい事態も増えています。

このような事態を回避できるよう、本書の Chapter 1 では「毛の基礎知識」、Chapter 2 では「レーザー脱毛実践のポイント」をまとめました。脱毛を検討するうえでぜひ、参考にさせていただきますと幸いです。

学生時代の私は、濃すぎる体毛を気にするあまり、半袖の服を着ることがありませんでした。ムダ毛が見えやすい明るい場所では、写真を撮ることもデートをすることも躊躇しました。

そんな状況を一変させてくれたのが、医療脱毛です。医学部に在籍している頃に医療脱毛の存在を知り、救いを求めて施術を受けにいったところ、悩みの種だった体毛が見事になくなりました。

そのおかげで私は、可能性の扉が次々に開いていくのを感じたのです。ムダ毛を気にすることなく半袖を着て、いろいろな場所に出かけられるようになりました。明るい場所で友達と写真を撮ることも、恋人とデートをすることも、おそれずに楽しめるようになりました。

大袈裟だと思う方もいらっしゃるかもしれませんが、**医療脱毛は私の人生を開花させてくれました。**医療脱毛との出会

いがあったからこそ、前向きな気持ちで人生を切り拓けるようになり、いまの私があるのだと思っています。

医療脱毛に魅せられた私はすぐに、脱毛を専門とする皮膚科医になることを決めました。そして、大学病院の皮膚科を経て、大手美容外科でも経験を積みます。

ここでは、レーザー脱毛はもちろん自毛植毛手術も担当し、1000件以上の執刀を行いました。1件の手術につき何千本もの毛を扱い、顕微鏡を覗いてその組織の一つひとつを分離していく緻密な作業を通して、私はやがて、あらゆるタイプの毛の構造や性質などをイメージできるようになりました。

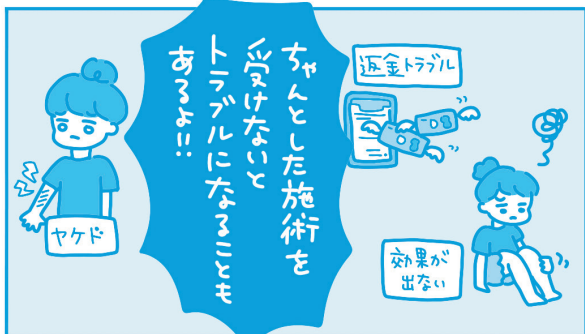
また、自分の体を使ってあらゆる脱毛方法を試すことで、毛についての理解を深めてきました。毛への探求心はいまもなお衰えることがなく、日々、よりよい脱毛のあり方を追求し続けています。この本には、そんな私がムダ毛に悩む方々に伝えたい知識とメッセージをたっぷりと詰め込みました。

未来のあなたがムダ毛の悩みから解放され、快適で幸せな時間を手に入れられることを、心から願っています。

脱毛で人生が
変わる！









脱毛をはじめる前に知っておきたい

毛の基礎知識 13

体毛はなんのためにあるの？ 16

脱毛すると、汗をかきやすくなるの？ 18

体毛は、どんな仕組みで生えてくるの？ 20

毛が生え変わるサイクルについて知りたい！ 22

毛の生え方や量などは、人によって違うの？ 24

何歳から脱毛してもいいの？ 26

脱毛、減毛、抑毛、除毛……。一体何が違うの？ 28

カミソリを使ったムダ毛ケアは、肌に悪いの？ 30

毛抜きや脱毛ワックス、
家庭用脱毛器によるケアのデメリットは？ 32

医療脱毛とエステ脱毛、何が違うの？ 34

エステ脱毛でヤケドをしやすいのは、なぜ？ 36

激安のエステ脱毛、効果はあるの？ 40

レーザー脱毛が効かない人は、どうすればいい？ 42

針脱毛って、どんな施術なの？ 44

クリニックを選ぶときに着目するポイントは？	46
ジェントルマックスプロはなぜ、多くの人に効果的なのか？	48
施術料金が高額であるほど、効果も高くなるのか？	52
料金と使用機器のほかに、 クリニック選びで重視すべきポイントは？	54
ムダ毛が病気の原因になることもあるって本当？	56
寝たきりになったときや出産のとき、VIOの毛があると困るのか？	58
中途解約やクーリングオフについて知りたい！	60
10～20代女性で脱毛している人って、どれくらいいるのか？	64

Chapter 2

効果的で安全な脱毛のために！

レーザー脱毛実践のポイント 67

施術前のカウンセリングで伝えたほうがいいことは？	70
脱毛前日にシェービングを行うのはなぜ？	72
脱毛施術前のシェービングのコツは？	74
レーザー脱毛のプロセスと、アフターケアについて知りたい！	78
レーザーを照射するときの痛みの強さは？ 麻酔はできる？	82
レーザー脱毛の効果に個人差があるのはなぜ？	84
レーザー脱毛後にできることがある毛嚢炎って何？	86

レーザー脱毛をしたのに毛が濃くなることもあるって本当？	88
レーザー脱毛の効果は、 いつ頃あらわれるの？ 照射は何回すればいい？	90
レーザー脱毛をすれば、その後は永久に毛が生えないの？	94
施術1～2週間後に抜け落ちる毛は、脱毛完了の証拠？	96
脱毛をすれば、ニキビがでなくなるの？	98
脱毛をすると、「わきが」や「すそわきが」、 「乳が」も改善するの？	100
ホクロやシミがある部分でもレーザー脱毛できるの？	102
レーザー脱毛をすれば、肝斑も薄くなるの？	104
顔脱毛の施術方法を知りたい！	106
顔のレーザー脱毛にはリスクがあるって本当？	108
顔脱毛の施術後にメイクをするとき、 気をつけたほうがいいことは？	110
妊娠中・授乳中でもレーザー脱毛できるの？	112
薬を使って治療をしていると、 レーザー脱毛ができないこともあるの？	114
おわりに	118

ブックデザイン：林 陽子 (Sparrow Design)

イラスト：こびまこ

編集協力：ブランクエスト、谷 和美