

ほけんだより

2020.11.2

特別号



ニキビはなぜできる?

人の皮膚にはたくさんの毛(うぶ毛)がはえていて、そのひとつひとつに毛穴があります。

その毛穴によごれがたまることで、ニキビができていきます。



ニキビの一生

<p>ニキビの赤ちゃん 「コメド」</p>	<p>成長した 「赤ニキビ」</p>	<p>さらに成長した 「黄ニキビ」</p>	<p>わすれないでね~ 「ニキビあと」</p>
<p>毛穴のつまり</p>	<p>炎症: 赤くはれる</p>	<p>ひどい炎症: 黄色いうみ</p>	<p>ニキビのあとでデコボコ</p>

ニキビで皮膚科!?



ニキビで皮膚科へ行ってもいいんですか?



もちろん! 自分の肌にあった治りようがしてもらえ、くりかえさないためにもとても良いことだよ!
一度、皮膚科でみてもらうと安心だね。

ぬりぐすりのみぐすりが処方されることがあります😊

ニキビ NG行動

☆さわったり、つぶしたり...
ドキッ!

☆はやく洗そうと、何回もあらう。
ドキッ!

☆かみの毛が顔によくあたる。
チクタクと皮膚にあたる、よくない。

マスクによる「むれ」や「こすれ」でわるくなることも...
やさしく顔をあらって、保ちましょう。
ガーゼマスクは肌にやさしいです。