

# ニキビ治療での化粧・保湿剤・治療薬の外用順序

## 1. ご自身の化粧品(化粧水など)

※毛穴をふさぐオリーな化粧品は避ける

※ノンcomedジェニックな化粧品を選択する



夜

## 2. 乾燥が気になれば、保湿のために処方薬(ヒルドイドローション、ヒルドイドソフト軟膏など)や市販の保湿剤(NOVなど)をあらかじめ塗布する

夜



朝

## 3. (夜入浴後または就寝前 1日1回)

ディフェリンまたはベピオは最初ニキビのみに外用して、問題なければ、赤白ニキビを含め、顔全体に「面」で塗布する

夜



または

## 4. (朝起床時、夜入浴後または就寝前 1日2回)

外用抗菌剤(アクアチムクリーム、アクアチムローション、ダラシゲル、ダラシローションなど)を赤ニキビのみに「点」で塗布する



※赤ニキビがなくなったら、ディフェリンまたはベピオ単独の外用へ変えます。よくなっても予防で続けます。

※ディフェリンまたはベピオの外用により、最初の1週間で60%の方は顔が赤くなったり皮膚が乾燥しますが、そのまま継続してお使いください。2週目にはそのような症状は20%の方に、3週間には7%の方に減っています。どうしてもつらいときは外用を中止してクリニックへお越しください。※アレルギーが起こり、使用できない方が3%の方にいらっしゃいます。

# ニキビ治療での化粧・保湿剤・治療薬の外用順序

(入浴後にディフェリン/ベピオ、朝ゼビアックス)

## 1. (入浴後、寝る前) ご自身の化粧品(化粧水など)

※毛穴をふさぐオイルな化粧品は避ける

※ノンコメジエックな化粧品を選択する



夜

## 2. 乾燥が気になれば、保湿のために処方薬(ヒルドイドローション、ヒルドイドソフト軟膏など)や市販の保湿剤(NOVなど)をあらかじめ塗布する

夜



## 3. (夜入浴後または就寝前 1日1回)

ディフェリンまたはベピオを最初ニキビのみに外用して、問題なければ、赤白ニキビを含め、顔全体に「面」で塗布する



または



## 4. (翌朝 1日1回)

外用抗菌剤(ゼビアックスローション)を赤ニキビのみに「点」で塗布する



注意)ベピオとゼビアックスを同時に外用した場合、ゼビアックスが変色することがあります。

※ディフェリン/ベピオの外用により、最初の1週間で60%の方は顔が赤くなったり皮膚が乾燥しますが、そのまま継続してお使いください。2週目にはそのような症状は20%の方に、3週間には7%の方に減っています。

どうしてもつらいときは、外用を中止してクリニックへお越しください。

※ディフェリン/ベピオでアレルギーが起こり、使用できない方が3%の方にいらっしゃいます。

山手皮膚科クリニック