

100%オイルケアの問題は何

－洗顔後のスキンケア: バリア修復 or 保湿?－

100%オイルケア自体には問題がなく、むしろ肌を保護する役割があります。しかし、それを落とすためのクレンジングや洗顔によって化学的・物理的な壁「皮膚バリア」が弱くなりますので、その後のスキンケアが非常に重要なポイントになります。

洗顔後のスキンケア: バリア修復 or 保湿?

オイルケアの洗顔後は、肌の化学的、物理的な壁である『皮膚バリア』が一時的に弱くなり、水分が蒸散しやすく、外部の刺激にも敏感になります。このため、バリア効果が持続することを望むなら『リノール酸補給によるバリア修復オイルケア』、即効性の保湿を望むなら『セラミド・グリセリン・ヒアルロン酸などを補給する保湿オイルケア』を優先することが大切です。

① バリア修復オイルケア

肌の化学的、物理的な壁である『皮膚バリア』を整え、pH 調整、皮膚常在菌のバランスを整える、剥離酵素の活性化、ターンオーバーの正常化を目的としたケア。

- **ノン合成界面活性剤でリノール酸含有のナノエマルジョンによる低刺激処方スキンケア** → 皮脂膜や角質層のバリア損傷リスクの少ないアイテムで回復を優先しながら、皮脂膜や角質層のバリアを強化して、肌の水分を閉じ込め、乾燥を防ぎ、外からの刺激に強い、健やかで美しい肌にする。

② 保湿ケア

肌に水分を補給し、その水分をオイルでしっかり閉じ込めることで、肌表面に保護膜(バリア)を形成し、外部の刺激や乾燥から肌を守ることを目的としたケア。

- ヒアルロン酸やグリセリンを含む化粧水やミスト、ジェルタイプのアイテムは、肌に十分な水分を与える効果がある。
- セラミドやナイアシンアミドを含むオイルやクリームを微量使用する場合や 100%オイルでケアする場合は、肌バリアを一時的ですが効果的に構築・保護できます。反対に、多用するとかえって肌バリアを損なう。

理想的なオイルケアの洗顔後のスキンケアは、まず「守るスキンケア」を優先して肌のバリア機能を修復・強化することから始めます。具体的には、リノール酸などを補給することで、肌の pH 調整や常在菌のバランス維持、剥離酵素の活性化、ターンオーバーの正常化を図り、長期的な保護効果を目指します。

その上で、潤いが不足している場合には「潤すスキンケア」を取り入れます。例えば、ヒアルロン酸、グリセリン、セラミド、ナイアシンアミドなどを含む保湿オイルやクリームを適量使用し、肌に十分な水分を補給するとともに、その水分をしっかり閉じ込めることで、効果的な保湿層を形成します。ただし、過剰な使用はかえってバリア機能を損なう可能性があるため、適量を守ることが大切です。

使用順序とバランスが非常に重要で、バリア修復と保湿は互いに補完し合う関係にあります。オイルケアの洗顔後のスキンケアでは、まずは肌を守ることを最優先し、必要に応じて潤いを補うという両者をセットで考えることが理想的です。

Problems with 100% Oil Care

-Post-Cleansing Skincare: Barrier Repair vs. Hydration-

100% oil care itself is not problematic; in fact, it serves to protect the skin. However, the cleansing steps needed to remove the oil weaken the chemical and physical barrier of the skin—commonly known as the "skin barrier"—making post-cleansing skincare extremely important.

After oil care, the skin's barrier is temporarily weakened, causing moisture loss and increased sensitivity to external irritants. Therefore, if a long-lasting barrier effect is desired, it is essential to prioritize **"Barrier Repair Oil Care with Linoleic Acid Supplementation."** Conversely, for immediate hydration, opt for **"Hydration Oil Care that replenishes Ceramides, Glycerin, Hyaluronic Acid, and similar ingredients."**

1. Barrier Repair Oil Care

This approach aims to restore the skin's chemical and physical barrier by adjusting pH levels, balancing the skin's microbiome, activating exfoliating enzymes, and normalizing skin turnover.

- A low-irritation skincare formulation using a nanodispersion that contains linoleic acid with non-synthetic surfactants → While prioritizing recovery with products that minimize the risk of damaging the lipid film and stratum corneum, this approach strengthens the skin barrier, locks in moisture, prevents dryness, and makes the skin more resilient to external irritants, resulting in healthy, beautiful skin.

2. Hydration Care

This method focuses on supplying the skin with moisture and effectively locking it in with oils, thereby forming a protective film (barrier) on the surface that shields against external irritants and dryness.

- Lotions, mists, and gel-type products containing hyaluronic acid and glycerin provide substantial hydration by delivering sufficient moisture to the skin.
- Using a small amount of oils or creams that contain ceramides or niacinamide—or following a 100% oil care regimen—can temporarily but effectively build and protect the skin barrier. Conversely, overuse may actually compromise the skin barrier.

Ideal Post-Cleansing Skincare Approach for Oil Care

The ideal strategy begins with prioritizing **"protective skincare."** Start by enhancing barrier repair—supplementing with linoleic acid supports pH adjustment, maintains a healthy microbiome, activates exfoliating enzymes, and normalizes skin turnover, all contributing to long-term protection.

Once your skin is protected, if additional hydration is needed, incorporate **"moisturizing skincare."** For example, applying the appropriate amounts of moisturizing oils or creams containing hyaluronic acid, glycerin, ceramides, and niacinamide not only supplies the skin with essential moisture but also locks it in, forming an effective moisturizing layer. Remember, using these products in moderation is crucial, as overuse may damage the skin barrier.

Maintaining proper order and balance is key—barrier repair and hydration are complementary. In post-cleansing oil care, protecting the skin comes first, followed by moisture supplementation when needed. This integrated approach is the optimal skincare strategy.