

脱毛の効果を最大限に引き出しトラブルを避けるためには、脱毛前日までの準備が重要です。また、当日も注意したい事項があります。

この記事では、脱毛前日までに準備することや注意点、自己処理の方法、当日の施術前から施術後までに注意したい事項まで説明します。

安全かつ高い脱毛効果を得るために、ぜひ最後までお読みください。

脱毛前日までに注意すること5つ

脱毛の効果を上げるために、脱毛前日までに注意したいことを5つご紹介します。

- 1.正しい方法で自己処理する
- 2.日焼けしないよう気を付ける
- 3.肌を保湿する
- 4.生理になったらキャンセルする
- 5.薬の内服や予防接種を避ける

一つずつ確認します。

1.正しい方法で自己処理する

脱毛の前日までに、ムダ毛を処理する必要があります。

当日の処理後に施術すると肌はダメージを受けやすく、肌トラブルが起こりやすいからです。

おすすめのタイミングは2、3日前から前日にかけての処理です。

また詳しくは後述しますが、自己処理をする場合は、肌に優しい方法で行いましょう。

2.日焼けしないよう気を付ける

日焼けした肌は、脱毛の施術で肌トラブルのリスクが高まります。

日焼けにより肌が敏感になっていると、脱毛の施術による刺激で肌トラブルが発生しやすくなります。

そのため照射レベルを落とす必要があり、脱毛効果も低下してしまう恐れがあるため、日頃から日焼けしないよう気を付けてください。

3.肌を保湿する

日頃から肌の保湿を心掛けてください。

特に施術前の肌の状態が良好であれば、脱毛効果も高まります。

また乾燥肌だと、脱毛時の痛みが増す場合があるため、保湿は欠かせません。

保湿は日頃のケアが大切なので、脱毛直前のみでなく継続的に続けると良いでしょう。

4.生理になったらキャンセルする

生理中のVIOの施術は、お断りしているクリニックが多いです。

VIOの施術を予定している場合はクリニックのルールに従い、キャンセルしてください。

また、VIO以外の施術であれば許可しているクリニックもありますが、基本的に生理中の脱毛はおすすめしません。

なぜなら、生理中はホルモンバランスの変化で肌が敏感になり、脱毛による痛みが増す傾向があるからです。

他にも、エストロゲンの低下により肌が乾燥しやすい人が多い時期です。

こうした理由から、照射レベルを下げて施術する必要があると判断するクリニックは多いため、長期的に見て脱毛効果へも影響する恐れがあります。

そのため、生理が来たら脱毛をキャンセルするのをおすすめします。

5.薬の内服や予防接種を避ける

予防接種は、脱毛の10日前後は避けましょう。

また、薬も脱毛と相性が悪い場合があります。

肌トラブルを引き起こすケースもあるため、主治医に相談して指示に従いましょう。

脱毛前日までに注意する5つのポイントは、脱毛効果を最大限に引き出すために必要なことです。

また、肌トラブルを避けるためにも非常に重要です。

では、脱毛前日までに行う自己処理についても理解を深めていきましょう。

自己処理のやり方やポイントは？

前述したとおり、自己処理は脱毛の2、3日前から前日までに行うのが理想です。

ただし、正しい方法で行わなければ肌を傷めてしまう可能性もあるため、ポイントや正しい処理方法を理解しましょう。

自己処理のポイント4つ

自己処理のポイントは4つあります。

- ・毛抜きやワックスは使用しない
- ・やさしく剃る
- ・毛の流れに沿って剃る
- ・自己処理後はしっかり保湿する

<以上、記事前半>