

骨粗しょう症の人はシワが多い？

40代後半以降私達女性などはエストロゲンの低下により骨密度やコラーゲン減少、内臓脂肪の増加、自律神経のアンバランスによるアレルギー症状の悪化など、様々な全身の変化が起こります。顔面骨は眼の周りと顎の骨が特に吸収されやすく、またぶたのたるみや目の下のクマ、ほうれい線など口元のシワの原因となります。美容形成外科的にはボトックス注射やヒアルロン酸注入、コラーゲン誘発療法

など切らない美容医療が中心となります。非吸収性の異物注入（アックアミドやアルカミドなど）は危険性が高く美容外科学会JSAFSも禁止しています。※当院では安性の高い厚生労働省認可の薬剤を使用します。パワープレート加速トレーニングは宇宙飛行士のNASAで開発された全国の医療機関でリハビリテーション目的に導入されているマシンです。全身の骨密度増加やしわたるみ予防に大変有効です。



日本抗加齢医学会専門医
安田 由紀子 院長

人生100年時代！シワ治療と骨粗しょう症対策は同時に行うのが最も効果

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・メディカルエステ・女性漢方外来〉

なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309

- 奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F (近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)
- 近隣コインパーキング有 ■日祝/休診
- ホームページから24時間仮予約フォーム受付

完全予約制

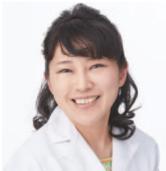


営業時間	月	火	水	木	金	土
手術日	手術日	手術日	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	手術日

眉毛への医療アートメイク

医療アートメイクとは、での「退行期」、毛が抜け
 医療用の針により皮膚の た後新しい毛が生えるま
 浅い層に専用の色素を入 での「休止期」です。
 れることで皮膚に色を付 加齢や抗がん剤(化学
 ける方法です。アートメ 療法)は、成長期の毛母細
 イクは医療行為であると 胞(毛の元を作る細胞)と
 厚生労働省は通達してい いう活発に分裂してい
 ます。医療機関では、局 細胞に影響し、細胞分裂
 所麻酔を併用すること が抑制されることで成長
 で、痛み少なく施術を受 期の毛髪が抜けます。

けることができます。毛 自然で美しい仕上がり
 の成長には「毛周期」と呼 のためには通常2回の施
 ばれる3つの時期があり 術が必要です。まぶたの
 ます。毛が新しく生まれ たるみや眼瞼下垂、顔面
 伸びていく「成長期」、成 神経麻痺などの為、眉毛
 長が止まり抜け落ちるま が正しい位置にない場合
 はボトックス注射など併
 用療法を行う場合もあ
 ります。
 人生100年時代！女性のき
 れいは人生の苦難を乗り



日本抗加齢医学会専門医
 安田 由紀子 院長

越え、社会を明るく照ら
 すパワーです。老眼や緑
 内障で眉が描きづらい方
 加齢や抗がん剤で眉毛が
 薄くなりお悩みの方は当
 院にご相談ください。

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・エンビロン・女性漢方外来〉

なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309

■奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F
 (近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)
 ■近隣コインパーキング有 ■日祝/休診
 ■ホームページから24時間仮予約フォーム受付

営業時間	月	火	水	木	金	土
手術日	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	手術日
	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	

完全予約制

ひかりろうか 光老化とビタミンA

光老化とは「紫外線と紫外線により発生する活性酸素による老化」です。具体的には、しみそばかす小じわ・皮膚がんなどの症状です。光老化からお肌を守る抗酸化物質の代表はビタミンAです。

紫外線により毎日ビタミンAは壊れていきますが、残念ながら現代人はビタミンA不足です。自然環境の悪化により、20年前よりもニンジンやホウレン草などのビタミンA含有量は低下しています。形成外科医Drフェルナンデス



日本抗加齢医学会専門医
安田 由紀子 院長

により、ビタミンAを毎日直接お肌に補給する画期的な方法が開発されました。ビタミンAには細胞を正常化するという素晴らしい機能があり、やけどの傷跡やニキビ跡、肝斑やアトピーの治療にも応用されています。当院では超音波導入やイオン導入により、高濃度ビタミンAやC、コラーゲンの素となるペプチドを直接お肌に導入します。レーザー治療や光治療は皮膚のメラニン色素やヘモグロビンなどをターゲットにおこないますが、ビタミンAを十分に補給することで副作用なく治療効果を得られます。

「夏に10歳老ける」と昔からよく言いますが、光老化を

放置するとしみそばかす・小じわなどの老け肌が進行します。夏・秋にしっかりと賢く治療することが10年後20年後のあなたの人生を変えます。

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・エンピロン・女性漢方外来〉

なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309

- 奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F
(近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)
- 近隣コインパーキング有 ■日祝/休診
- ホームページから24時間仮予約フォーム受付

完全予約制



月	火	水	木	金	土
手術日	手術日	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	手術日

- しみ・そばかす光治療12PL+(両頬) ……2万円
- 肝斑・しみレーザートニング(両頬) 1.5万円
- みけんのしわ(ボトックス注射) ……3万円
- ほうれい線(ヒアルロン酸注入) ……6万円
- コラーゲン誘発療法CIT(全顔) 6.5万円

エンピロントリートメント
クールビタミン(40分) ……8,000円

- しみレーザー治療(10ミリ大) 5,000円
- ほくろ・いぼ除去(3ミリ以下) 3,000円
- ピアス両耳 7,000円(学生5,000円)
- 医療アートメイク(両眉) ……5.5万円
- インディバ温熱療法(60分) 9,200円
- 美容鍼灸(30分) ……5,000円

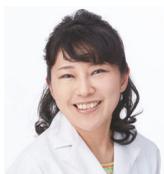
Wビタミン(60分) ……1.2万円

※健康保険証持参
やけど・傷あと・皮フのできもの・うまれつきのあざ(太田母斑)・多汗症(ボトックス)・眼瞼下垂・にきび・冷え性・便秘・むくみ・花粉症・アトピー・更年期など

シミの原因と複合治療

シミの原因の80%は光老化(紫外線により発生する活性酸素による老化)です。シミの予防の基本は紫外線対策です。既に出来てしまったシミはビタミンA、C、Eなどの抗酸化成分の超音波導入やイオン導入(エンピロントリートメント)で活性酸素を消去します。

肝斑は女性ホルモンのアンバランス、摩擦するスキンケアなども原因となり、妊娠中や更年期に悪化する症例もあります。治療はトランサミンや漢方薬の内服、レーザートニングやビタミン導入が中心です。レーザー治療は皮膚のメラニン色素やヘモグロビンなどをターゲットに照射し、シミや生まれつきのアザを改善します。光治療は繰り返し照射することで総合的なお肌の若返りが可能です。照射後にテープを貼るなどのダウンタイムが無く、忙しく働く女性にも人気です。



日本抗加齢医学会専門医
安田 由紀子 院長

更年期以降女性は太りやすくなります。パンお菓子スイーツなど糖質過多な食生活は全身のAGE(終末糖化産物)を蓄積してシミ・しわ・たるみ・骨粗鬆症・糖尿病などの原因となる為、控える目には女性に

は貧血やビタミン不足も多く、生活の改善、分子栄養学に基づいた医療用サプリメントで全身を整えることも大切です。

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・エンピロン・女性漢方外来〉 なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309

■奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F
(近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)
■近隣コインパーキング有 ■日祝/休診
■ホームページから24時間仮予約フォーム受付

完全予約制



営業時間	月	火	水	木	金	土
手術日		手術日	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	手術日

- しみ・そばかす光治療2PL+(両頬) ……2万円
- 肝斑・しみレーザーニング(両頬) 1.5万円
- みけんのしわ(ボトックス注射) ……3万円
- ほうれい線(ヒアルロン酸注入) ……6万円
- コラーゲン誘発療法CIT(全顔) 6.5万円
- エンピロントリートメント**
- クルールビタミン(40分) ……8,000円
- しみレーザー治療(10ミリ大) 5,000円
- ほくろ・いぼ除去(3ミリ以下) 3,000円
- ピアス両耳7,000円(学生5,000円)
- 医療アートメイク(両眉) ……5.5万円
- インディバ温熱療法(60分) 9,200円
- パワープレート(15分) ……3,000円
- Wビタミン(60分) ……1.2万円

※健康保険証持参
やけど・傷あと・皮フのできもの・うまれつきのあざ(太田母斑)・多汗症(ボトックス)・眼瞼下垂・にきび・冷え性・便秘・むくみ・花粉症・アトピー・更年期など

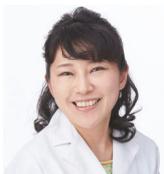
加速度トレーニングで令和美人

全身を若々しく保つ成長ホルモンは思春期でピークになり、更年期以降は思春期の半分以下にまで減少します。筋肉や骨の量も加齢により減少します。これは運動不足や女性ホルモンの低下などが大きな原因です。運動不足は生活習慣病、メタボやロコモ発症の要因となります。アクティブエイジングの為に効果的な運動により骨や筋肉を維持することが大切です。

人、関節を痛めて動くことが難しい人、時間がない人でも、安全に短期間で効率良く効果が得られる方法があります。それが加速度トレーニングです。

加速度トレーニングとは、1秒間に30回以上の3次元の高速振動で身体に加速度を与えることができます。専用の機器パワープレートを使用するトレーニングです。宇宙飛行士NASAで開発され、全国の医療機関で導入されています。

運動が苦手で太りぎみの



日本抗加齢医学会専門医
安田 由紀子 院長

1時間分の運動効果に相当します。当院では顔面の骨粗鬆症(しわ・たるみ)対策、インディバ温熱療法と併用による内臓脂肪

肪の減量、骨盤底筋群トレーニング(尿漏れ対策・産後ケア)など幅広く指導を行っています。
※初めてのの方は無料体験あり(予約制)

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・エンピロン・女性漢方外来〉

なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309

■奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F

(近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)

■近隣コインパーキング有 ■日祝/休診

■ホームページから24時間仮予約フォーム受付

完全予約制



営業時間	月	火	水	木	金	土
手術日		手術日	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	手術日

ニキビ跡や傷あとの治療

30〜40代になって、思春期の頃にできたニキビ跡に悩む人は多いです。間違ったスキンケアや跡を隠すための厚化粧により肌質を悪化させてしまう場合もあります。

オメガ3脂肪酸の含まれる食品や野菜中心の食生活と良質な睡眠が大切です。さらに、女性には男性よりも筋肉量が少ないため便秘になりやすく、更年期以降、内臓の脂肪の増加により慢性化するため、パワープレート加速度トレーニングなどを用いて運動不足の解消をお勧めしています。

また、便秘は美肌の敵です。糖質や脂質、食品添加物の摂りすぎは腸内細菌叢のバランスを悪化させます。オメガ3脂肪酸の含まれる食品や野菜中心の食生活と良質な睡眠が大切です。さらに、女性には男性よりも筋肉量が少ないため便秘になりやすく、更年期以降、内臓の脂肪の増加により慢性化するため、パワープレート加速度トレーニングなどを用いて運動不足の解消をお勧めしています。



日本抗加齢医学会専門医
安田 由紀子 院長

また、便秘は美肌の敵です。糖質や脂質、食品添加物の摂りすぎは腸内細菌叢のバランスを悪化させます。オメガ3脂肪酸の含まれる食品や野菜中心の食生活と良質な睡眠が大切です。さらに、女性には男性よりも筋肉量が少ないため便秘になりやすく、更年期以降、内臓の脂肪の増加により慢性化するため、パワープレート加速度トレーニングなどを用いて運動不足の解消をお勧めしています。

（コラーゲン誘発療法）等の方法があります。まずは気軽にご相談ください。

※傷あとニードリング7cm×7cm…1.5万円、全顔6.5万円

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・エンピロン・女性漢方外来〉

なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309

■奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F
(近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)

■近隣コインパーキング有 ■日祝/休診
■ホームページから24時間仮予約フォーム受付

完全予約制

営業時間	月	火	水	木	金	土
手術日	手術日	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	手術日

しみ・そばかす光治療2PL+(両頬) ……2万円
肝斑・しみレーザートニング(両頬) 1.5万円
みけんのしわ(ボトックス注射) ……3万円
ほうれい線(ヒアルロン酸注入) ……6万円
コラーゲン誘発療法CIT(全顔) 6.5万円

エンピロントリートメント
クールビタミン(40分) ……8,000円

しみレーザー治療(10ミリ大) 5,000円
ほくろ・いぼ除去(3ミリ以下) 3,000円
ピアス両耳7,000円(学生5,000円)
医療アートメイク(両眉) ……5.5万円
インディバ温熱療法(60分) 9,200円
パワープレート(15分) ……3,000円
Wビタミン(60分) ……1.2万円

※健康保険証持参
やけど・傷あと・皮フのできもの・うまれつきのあざ(太田母斑)・多汗症(ボトックス)・眼瞼下垂・にきび・冷え性・便秘・むくみ・花粉症・アトピー・更年期など

シワの原因と複合治療

眉間や目尻、口元などの「表情シワ」は顔面の表情筋が過緊張になる為、加齢により深くなります。この場合、表情筋をリラックスさせる厚生労働省認可のボトックス治療が有効です。麻酔クリームを使用しない痛みで施術を受けられ、治療後のメイクや洗顔も可能です。

40代後半以降私達女性にはエストロゲンの低下により、顔面骨（上下顎骨や頬骨）の骨粗鬆症の為、ほうれい線や目の下などの「たるみシワ」が目立つようになります。

改善11マイナス15・85歳」というデータもありません。当院は女性限定のプライベートクリニックですのでどうぞお気軽にご相談下さい。



日本抗加齢医学会専門医
安田 由紀子 院長

全身の骨密度を維持するパワープレート加速度トレーニング、顔面の輪郭を整えるヒアルロン酸注入が有効です。「小じわ」はお肌の光老化や糖化が原因です。光老化にはビタミンA・C・Eの超音波導入やイオン導入、光治療やレーザー誘発療法（スキニングドリング）により肌のハリを取り戻します。シミ・しわ・たるみ・骨粗鬆症・認知症の原因となる全身のAGE（終末糖化産物）を増やさない為、パンやお菓子、スイーツは控え目に！

メイクで誤魔化せないシワに悩まされている女性が多いのではないのでしょうか？「シミやしわ

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・エンピロン・女性漢方外来〉

なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309

■奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F
(近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)

■近隣コインパーキング有 ■日祝/休診
■ホームページから24時間仮予約フォーム受付

完全予約制

営業時間	月	火	水	木	金	土
手術日		11:00	11:00	11:00	11:00	手術日
手術日			18:00	18:00	18:00	

しみ・そばかす光治療2PL+(両頬) ……2万円	しみレーザー治療(10ミリ大) 5,000円
肝斑・しみレーザートニング(両頬) 1.5万円	ほくろ・いぼ除去(3ミリ以下) 3,000円
みけんのしわ(ボトックス注射) ……3万円	ピアス両耳7,000円(学生5,000円)
ほうれい線(ヒアルロン酸注入) ……6万円	医療アートメイク(両眉) ……5.5万円
コラーゲン誘発療法CIT(全顔) 6.5万円	インディバ温熱療法(60分) 9,200円
エンピロントリートメント	パワープレート(15分) ……3,000円
クールビタミン(40分) ……8,000円	Wビタミン(60分) ……1.2万円

※健康保険証持参
やけど・傷あと・皮フのできもの・うまれつきのあざ(太田母斑)・多汗症(ボトックス)・眼瞼下垂・にきび・冷感性・便秘・むくみ・花粉症・アトピー・更年期など

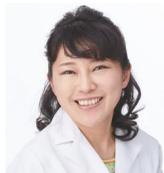
目の下のクマの原因と治療

スマホやPCの長時間使用など眼を酷使するライフスタイルを背景に、眼精疲労や目の下のクマに悩む女性が増加しています。目の下のクマは東洋医学のお血(うっ血)や血行障害など血の流れの滞り、またはそれによって起こる様々な症状や疾病)の兆候でもあり、全身状態に応じて漢方薬や医科限定サプリメントなど処方します。

できる医科限定マシートの開発も開発されまので、どうぞお気軽にご相談下さい。

スマホやPCの長時間使用など眼を酷使するライフスタイルを背景に、眼精疲労や目の下のクマに悩む女性が増加しています。目の下のクマは東洋医学のお血(うっ血)や血行障害など血の流れの滞り、またはそれによって起こる様々な症状や疾病)の兆候でもあり、全身状態に応じて漢方薬や医科限定サプリメントなど処方します。

血行不良が原因の青ぐまは、光治療や



日本抗加齢医学会専門医
安田 由紀子 院長

入やポトックス注射、コラーゲン誘発療法(スキンニードリング)の適応です。自宅で手軽に使用

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・エンピロン・女性漢方外来〉

なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309

- 奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F
(近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)
- 近隣コインパーキング有 ■日祝/休診
- ホームページから24時間仮予約フォーム受付

完全予約制



営業時間	月	火	水	木	金	土
手術日	手術日	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	手術日

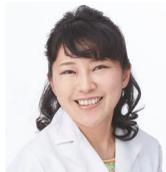
- しみ・そばかす光治療2PL+ (両頬) ……2万円
- 肝斑・しみレーザーニング (両頬) 1.5万円
- みけんのしわ(ポトックス注射) ……3万円
- ほうれい線(ヒアルロン酸注入) ……6万円
- コラーゲン誘発療法CIT (全顔) 6.5万円
- エンピロントリートメント**
- クルビタミン(40分) ……8,000円
- しみレーザー治療(10ミリ大) 5,000円
- ほくろ・いぼ除去(3ミリ以下) 3,000円
- ピアス両耳7,000円(学生5,000円)
- 医療アートメイク(両眉) ……5.5万円
- インディバ温熱療法(60分) 9,200円
- パワープレート(15分) ……3,000円
- Wビタミン(60分) ……1.2万円

※健康保険証持参
やけど・傷あと・皮フのできもの・うまれつきのあざ(太田母斑)・多汗症(ポトックス)・眼瞼下垂・にきび・冷え性・便秘・むくみ・花粉症・アトピー・更年期など

骨粗鬆症の人はシワが多い②

更年期以降の女性は、速度トレーニングは、エストロゲン低下による関節に負荷をかけずに顔面骨の萎縮によって、効率的に骨密度や筋力シワやたるみが目立つようアップさせることが可能です。整形外科や循環器心臓リハビリテーションの分野を中心に全体的に幸せにも繋がります。更年期は第2の思春期！アクティブエイジングを実践しましょう。

でも健康面でも、アンチエイジングが必要で、更年期以降は、副腎DHEA（体内で産出されるホルモンの一種）をエストロゲンに変換する仕組みが女性の美容と健康を守ります。副腎DHEAをアップさせるためにはウォーキングよりも筋力トレーニングが有効です。



日本抗加齢医学会専門医
安田 由紀子 院長

「パワープレート加

大豆イソフラボンのエクオールはエストロゲン様の働きをして更年期症状を軽快します。更年期を超えて女性

が豊かに生きることが、周囲の人や社会に繋がります。更年期は第2の思春期！アクティブエイジングを実践しましょう。

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・エンピロン・女性漢方外来〉

なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309

■奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F
(近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)

■完全予約制

■近隣コインパーキング有 ■日祝/休診

■ホームページから24時間仮予約フォーム受付

営業時間	月	火	水	木	金	土
手術日	手術日	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	手術日

- しみ・そばかす光治療2PL+(両頬) ……2万円
- しみレーザー治療(10ミリ大) 5,000円
- 肝斑・しみレーザートニング(両頬) 1.5万円
- ほくろ・いぼ除去(3ミリ以下) 3,000円
- みけんのしわ(ボトックス注射) ……3万円
- ピアス両耳7,000円(学生5,000円)
- ほうれい線(ヒアルロン酸注入) ……6万円
- 医療アートメイク(両眉) ……5.5万円
- コラーゲン誘発療法CIT(全顔) 6.5万円
- インディバ温熱療法(60分) 9,200円
- エンピロントリートメント
- パワープレート(15分) ……3,000円
- クールビタミン(40分) ……8,000円
- Wビタミン(60分) ……1.2万円

※健康保険証持参
やけど・傷あと・皮フのできもの・うまれつきのあざ(太田母斑)・多汗症(ボトックス)・眼瞼下垂・にきび・冷え性・便秘・むくみ・花粉症・アトピー・更年期など

レーザーでシミは消える??

ひとくちにシミと言っても様々なタイプがあります。美白剤外用やトランサミン内服などがあります。そのため、フタリケアが必要で、第2世代の光治療 I 2 P L + が有効です。

紫外線や活性酸素による光老化を鎮静化するビタミンA、C、Eなどの超音波導入と併用することによって、もはや皮膚だけの問題ではなく、

全身にアンチエイジング医療介入が必要です。老人性色素斑に対してはQスイッチレーザー治療が有効ですが、私たち東洋人はレーザー照射後の炎症性色素沈着が起



日本抗加齢医学会専門医
安田 由紀子 院長

肝斑・炎症性色素沈着に対する治療は、美白剤外用やトランサミン内服などの保存療法が第一選択です。女性がホルモンがアンバランスになりやすい更年期には漢方薬の併用も有効です。シミを隠す厚化粧やスキンケアの摩擦によって悪化する場合も多いいため、要注意

です。シミの治療はシミを作りやすい皮膚のメカニズムを改善して、再発予防と同時に実施することが最も重要です。

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・エンピロン・女性漢方外来〉
なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309
 ■奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F
 (近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)
 ■完全予約制
 ■近隣コインパーキング有 ■日祝/休診
 ■ホームページから24時間仮予約フォーム受付

月	火	水	木	金	土
手術日	手術日	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	手術日




- しみ・そばかす光治療I2PL+ (両頬) ……2万円
- 肝斑・しみレーザーニング (両頬) 1.5万円
- みけんのしわ (ボトックス注射) ……3万円
- ほうれい線 (ヒアルロン酸注入) ……6万円
- コラーゲン誘発療法CIT (全顔) 6.5万円
- エンピロントリートメント**
- クルビタミン (40分) ……8,000円
- しみレーザー治療 (10ミリ大) 5,000円
- ほくろ・いぼ除去 (3ミリ以下) 3,000円
- ピアス両耳 7,000円 (学生5,000円)
- 医療アートメイク (両眉) ……5.5万円
- インディバ温熱療法 (60分) 9,200円
- パワープレート (15分) ……3,000円
- Wビタミン (60分) ……1.2万円

※健康保険証持参
 やけど・傷あと・皮フのできもの・うまれつきのあざ (太田母斑)・多汗症 (ボトックス)・眼瞼下垂・にきび・冷え性・便秘・むくみ・花粉症・アトピー・更年期など

健康華麗美肌の栄養学①

紫外線は光老化によるシミ・小じわ・皮膚がんの原因となりますが、体内でビタミンDを合成する重要な働きもあります。適度な紫外線対策をしつつ、ビタミンA、C、Eなどの抗酸化物質をスキンケアと食品から摂取しましょう。イオン&超音波導入や医科限定サプリメントで短期間に補充することも有効です。皮膚のターンオーバー(新しく生まれ変わる周期)は加齢や活性酸素により遅延します。正常な新陳代謝には、たんぱく質や亜鉛、ビタミンB群やビタミンA

などの摂取が必要です。光治療I2PL+やピーリングなど、ターンオーバーを促進する治療もおすすめです。日焼けの機会が少ないのにシミが多い人はコラーゲンの糖化や喫煙による活性酸素が原因かもしれません。老化肌のシミは古くなったバナナのシユガースポットのようなものです。皮膚や骨を支えるコラーゲンは、糖質の過剰摂取により発生するAGEs(最終糖化産物)が蓄積すると、老朽化した鉄骨のようになり強度やしなやかさを失います。つまりシワや肌のハリ減少、シミやくすみ肌、骨粗鬆症や歯周病といった老け顔の原因となります。精

製された糖質(パン、お菓子、麺類など)を控える、血糖値スパイクを起さない食べ方(野菜ファースト、一口30回よく噛むなど)で、歯周病ケアを心掛けましょう。



日本抗加齢医学会専門医
安田 由紀子 院長

製された糖質(パン、お菓子、麺類など)を控える、血糖値スパイクを起さない食べ方(野菜ファースト、一口30回よく噛むなど)で、歯周病ケアを心掛けましょう。

製された糖質(パン、お菓子、麺類など)を控える、血糖値スパイクを起さない食べ方(野菜ファースト、一口30回よく噛むなど)で、歯周病ケアを心掛けましょう。

〈形成外科・美容外科・美容皮膚科・エンピロン・女性漢方外来〉
なら美容形成クリニック ☎0742-27-1309
 ■奈良市油阪町446-14 奈良安田ビル4F
 (近鉄奈良駅より徒歩2分・JR奈良駅より徒歩7分)
 ■近隣コインパーキング有 ■日祝/休診
 ■ホームページから24時間仮予約フォーム受付

完全予約制

営業時間	月	火	水	木	金	土
手術日	手術日	11:00 18:00	11:00 18:00	11:00 18:00	手術日	手術日

- しみ・そばかす光治療I2PL+(両頬) ……2万円
- 肝斑・しみレーザートーニング(両頬) 1.5万円
- みけんのしわ(ボトックス注射) ……3万円
- ほうれい線(ヒアルロン酸注入) ……6万円
- コラーゲン誘発療法CIT(全顔) 6.5万円
- エンピロントリートメント
- クールビタミン(40分) ……8,000円
- しみレーザー治療(10ミリ大) 5,000円
- ほくろ・いぼ除去(3ミリ以下) 3,000円
- ピアス両耳7,000円(学生5,000円)
- 医療アートメイク(両眉) ……5.5万円
- インディバ温熱療法(60分) 9,200円
- パワープレート(15分) ……3,000円
- Wビタミン(60分) ……1.2万円

メール
24時間☎予約
LINE 予約は
なら美容形成
クリニックの
ホームページ
からどうぞ!

