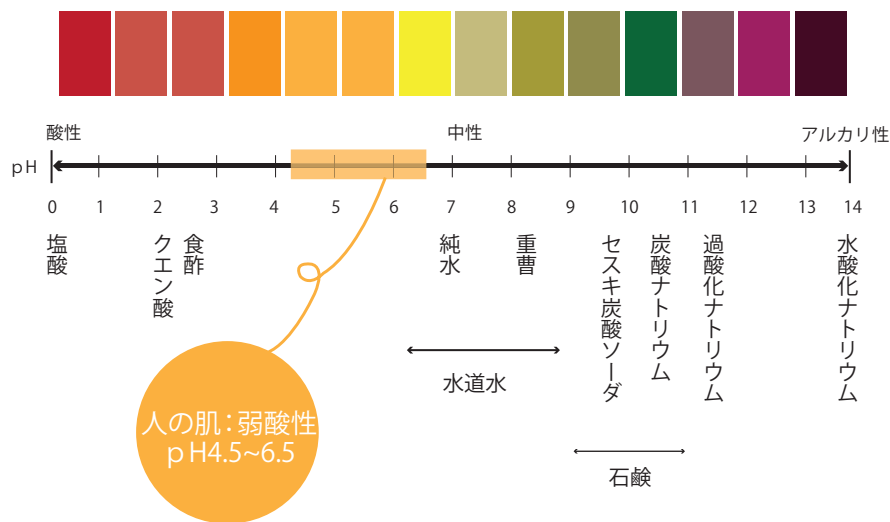


パーハー
? pH ?
とは

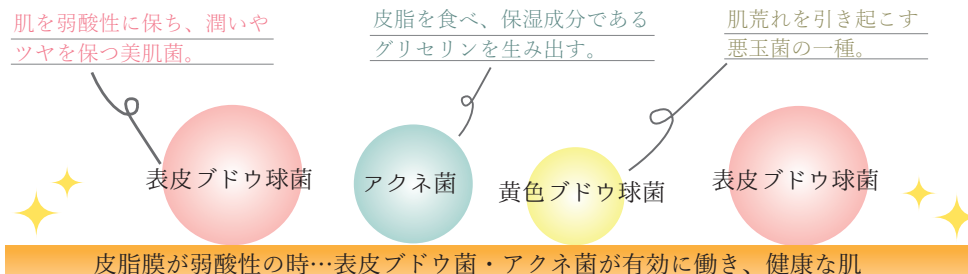
pHとは、物質の酸性～アルカリ性までの度合いを示す為に用いられる水素イオン濃度を示す指標。
酸性、アルカリ性それぞれ強さの度合いがあり、0~14までの数字で表わされる。7を中性とし、7未満が酸性、7以上でアルカリ性となります。



健康な人の肌は弱酸性

人の肌は弱酸性と誰もが1度は聞いたことがあるのではないのでしょうか。肌のpHとは、実は**皮脂膜**のpHの事を指しています。皮脂膜は汗と皮脂で構成されており、**油分と水分のバランス**の良い状態の皮脂膜のpHは**4.5～6.5**の弱酸性になります。皮脂膜が弱酸性であることによりお肌の潤いが保たれ、雑菌の繁殖や外部刺激から肌を守っています。肌のpH値が弱酸性であることは、お肌にとってとても良い環境です。

美肌のカギ：皮膚常在菌とpHバランス



睡眠不足 ストレス 加齢 乾燥 洗いすぎ

様々な原因によりpHバランスが崩れ、アルカリに傾くと...



お肌には、**アルカリ中和能** という、洗顔などによってアルカリに傾いたpHを

⚠️ しかし、肌が弱酸性に戻るまでのpH値6~8の間は**弱アルカリ性** アクネ菌・黄色ブドウ球菌が最も活発になる肌環境です!!! ⚠️ 弱酸性に戻す力が元々備わっています

お助け！ワンポイントアドバイス

洗顔料（アルカリ） ▶ お肌もアルカリに傾いてしまいます
水道水（アルカリ）

悪玉菌
増殖を
防ぐ方法

肌のpHを速やかに弱酸性に傾ける事が悪玉菌増殖を防ぐカギ！
弱酸性の化粧水でふき取ると◎

アルカリに傾いた肌のpHバランスを強酸性水が整えます！

