

## クリニックの頭髪専門ドクターが解説

### 冬の頭皮に気をつけたい「白髪染め選びのポイント」

アンファー株式会社(本社:東京都千代田区、代表取締役:三山 熊裕 以下「アンファー」)は、空気が乾燥している冬こそ参考にさせていただきたい「頭皮に優しい白髪染めの選び方」を紹介します。冬になると空気が乾燥し、顔だけでなく、全身の肌が敏感になる、シャンプーがしみる・ピリピリするという方も多いのではないのでしょうか。原因として、頭皮の乾燥とカラー剤が考えられます。医療法人社団ウェルエイジング「ウィメンズヘルスクリニック東京」院長の浜中聡子先生に市販品における「白髪染め選びのポイント」を教えてくださいました。

	白髪染めの種類			
	← 脱色剤あり			→ 脱色剤なし
	2剤式 ヘアカラー	ヘアマニキュアなど	ヘアカラー トリートメント	白髪隠し、白髪ぼかし
染まり	◎ 黒髪も白髪も均一に染まる	○ 黒髪は染まらず白髪だけ染まる	○ 黒髪は染まらず白髪だけ染まる	△ 黒髪は染まらず白髪だけ色が付く
頻度	◎ 1~2ヶ月に1回	○ 2~3週間に1回	△ 3~4日に1回	△ 1~2日に1回
放置時間	20分程度	10分程度	5分~10分	5分程度
地肌・髪へのダメージ	△ ダメージが起こることがある	△ まれにある	◎ 少ない	◎ 少ない

#### ■白髪染めの種類

上図の通り、白髪染めは豊富な種類が販売されています。脱色剤を含む2剤式ヘアカラーは髪全体を均一な色にし、きれいに染まりますが、髪や頭皮へのダメージがあり、頭皮トラブルの原因になることもあります。脱色剤フリーのタイプは染毛力が劣る一方で、頭皮へのダメージは軽減されます。

#### ■染毛の仕組みの違い

白髪染めのタイプによって染まり方に差が出る理由は、「染め方」が違うからです。脱色剤を含む2剤式の白髪染めは、髪を脱色し、髪全体を均一に染めます。一方、脱色剤フリーの白髪染めは、黒い髪はそのまま、白髪だけを染めます。脱色剤フリーの白髪染めに「ライトブラウン」が存在しないのはこれが理由です。

#### ■白髪染め選びのポイント

脱色剤フリーで、美髪成分が多く入っているものや、染毛成分が天然由来のものは、髪や頭皮への刺激が比較的少ないと言えます。実際に使用してみて、頭皮がキシキシしない・髪がしっとりしたなど、「自分の髪に合っているか」

という点も白髪染め選びの大切な判断基準です。

### ■白髪染めの頭皮ダメージは白髪を増やす？

頭皮のダメージは、白髪への影響があると考えられます。頭皮は髪を健康に保つ大切な土壌なので、刺激のある脱色剤はできるだけ控えて、白髪染めをしたら頭皮の保湿をするなど、頭皮をいたわり健康に保ちましょう。

### ■グレイヘアにチャレンジしたい！

加齢変化に伴い、誰しも毛量は減っていくなか、グレイヘアで上品なボリュームが保てればとても素敵な歳の重ね方ですね。

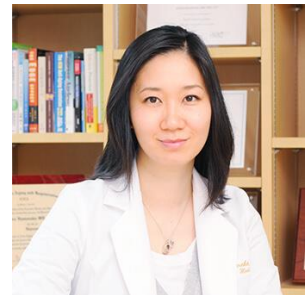
そこに到達するまでの「過渡期」は白髪染めをうまく利用するとしても、やはりいつかはそれも卒業して…と考えておられる方は実際とても多いのではないのでしょうか。

そんななか、全体の印象に少なからず影響を及ぼすのが、「髪質」です。もちろんそもそもの毛量やヘアスタイル、そしてカラートーンなど、様々な要因はありますが、やはり健康的な髪質は自然体の若々しさを生み出します。だからこそ、実際にグレイヘアに移行する前の段階から髪質を健やかに保つ工夫をしていただくとよいと思います。

#### 【本資料の監修医】

医療法人社団ウェルエイジング ウィメンズヘルスクリニック東京  
院長 浜中聡子(はまなかさとこ)

女性ホルモンを中心とするホルモンバランスに着目した女性医療を提供するウィメンズヘルスクリニック東京で、心身ともに健康で充実した毎日を過ごすことができるよう、医療面でのサポートを行っている。懇切丁寧な診療で女性から高い支持を得ている。



ウィメンズヘルスクリニック東京 <https://www.womenshealth-tokyo.com/>

所在地 東京都千代田区丸の内1-11-1 パシフィックセンチュリープレイス丸の内 10F

#### 【お知らせ】

1月18日(金)9:59までECサイト「アンファーストア」では  
スカルプD ポーテの一部商品が送料無料になります。

スカルプD ポーテ

FREE

通常送料540円が0円！

送料無料キャンペーン

期間  
1月18日(金)  
9:59まで

WHAIR MEDICAL PROTEIN

WHAIR MEDICAL PROTEIN

#### アンファー株式会社について

アンファー株式会社は、1987年に会社設立。「予防医学」をタグラインに掲げ、“「いつまでも美しく、健やかに生きる」というエイジングケア・ライフスタイルの実現を支援すること。”という企業理念のもと、すべての人々に「美」と「健康」の提供を目指すトータルエイジングケア・カンパニーです。多くの医師や臨床機関・研究機関との密接なリレーションを構築しながら、「スカルプD」シリーズをはじめ、化粧品、食品等、様々なエイジングケア商品・サービスの企画・研究開発および販売を行っております。

#### 【報道関係者からのお問い合わせ先】

アンファー株式会社 広報課  
TEL:03-3213-8882 FAX:03-3215-6155  
Email:pr1@angfa.jp

#### 【お客様からのお問い合わせ先】

アンファー株式会社  
〒100-7026 東京都千代田区丸の内2-7-2 JPタワー26F  
TEL:0120-722-002 [営業時間:午前9時～午後9時(年中無休)]