

受診前に読みたい

美容医療

ほんとの

ホント

専門医の
ありていトーク



宮田成章

みやた 形成外科・皮ふクリニック院長

宮地良樹

京都大学名誉教授／
静岡社会健康医学大学院大学学長



中山書店

まえがき

このたび、私が敬服するベテラン美容医療医である宮田成章先生と「受診前に読まないと後悔する美容医療の現実」について、3時間ほどディスカッションした内容を軽妙な語り口でまとめ、対談集として刊行する運びになりました。実は、宮田先生とはいま美容医療医向けの《最新美容皮膚科学大系》（全5巻、中山書店刊）を3年掛けて編集中です。その編集会議の過程で、「どうすればサイエンスに基づくまっとうな美容医療を、定着させることができるのか」「どうすれば宣伝やSNSに依存せずに、トレーニングを受けたまっとうな美容医療医に、患者さんがリーチできるか」ということが話題になりました。その趣旨の啓発書の出版も、専門書の刊行と同じくらいに大切な私たちのミッションではないか、ということで、急遽この患者さん向けの美容医療指南書の企画がまとまりました。

本書を貫いている美容医療に対する姿勢は「美容医療医は十分なトレーニングを積ま

なければならぬ」「患者さんはきっちりトレーニングを積んだ美容医療医を選択すべきである」「この二つが美容医療の混乱を収束し、良貨が悪貨を駆逐するゴールにつながる」という思想です。私はずっとアカデミズムの牙城である大学皮膚科に籍を置いて来たので美容医療の経験はありませんが、この無政府状態の美容医療をなんとかまっとうな方向に軌道修正したいという希望から、「日本美容皮膚科学会」の設立に腐心し、「美容皮膚科・レーザー指導専門医制度」の確立に尽力してきました。

本書は一般皮膚科医である私が、美容医療医である宮田先生に、患者さんの立場から美容医療をめぐる素朴な疑問や課題を投げかけ、それに対して宮田先生が率直に、しかも丁寧にお答えくださるといふスキームで構成されています。第1部ではいま美容医療になにが可能でなにが不可能なのか、美容医療の治療をめぐる現状について語り合いました。第2部では「間違いだらけの美容医療医選び」を念頭に、患者さんがどのようなことに留意して美容医療医を選べば、後悔せずに最適な専門医にたどり着けるか、という視点で論議を重ねました。

誰にでもわかりやすい語りと軽い文体でまとめましたので、すっと頭に入ると思いま

す。難しい医学用語には、すべて編集部で簡潔な脚注をご用意いただきましたので、とても参考になると思います。

美容医療医を受診する前にほんの1〜2時間、ごろりと横になって本書に目を通すだけで、きつとあなたは施術の結果に満足できる美容医療医に出会うことができると思います。それが私たちの願いです。

京都大学名誉教授

静岡社会健康医学大学院大学学長

宮地良樹

目次

まえがき

3

◆ 第1部 美容医療 治療のホント

◆ しみ——医師にとってはレーザー後の色素沈着が最大の敵 10

◆ しわ——額、ほうれい線、カラスの足跡などなど 治療方法は千差万別 26

◆ たるみ——ヤキを入れればシャキッと収縮 36

◆ 肌質改善——ひと皮むけてきれいに直し 46

◆ 脱毛——毛が欲しい人もいらぬ人もどちらも治療いたします 53

◆ 部分痩身——効果絶大、患者満足度MAX 69

◆ フェムゾーンケア——じつは転倒・骨折のリスク低減にも貢献	79
◆ 診断機器——診断重視のクリニックは信頼できる	86
◆ 治療方法——選択肢はいくらでも…良医は治療の百貨店	90
◆ 第2部 美容医療 受診のヒント	
◆ 歴史——美容医療の普及は技術の進歩とともに	102
◆ プチ整形——お手軽さは言葉から	109
◆ 美容外科の学会——J S A P S vs. J S A S	117
◆ 患者さん——インターネット世代は知識も豊富	125
◆ トラブル——医師の技量が試される	132
◆ お金——安すぎる広告にはウラがある…: : : かも	141
◆ 医師選び——なかなか予約の取れないクリニックはよい医師がいる?	147

◆満足度——期待過多の患者さんには現実をきちんと伝える 157

◆最近の美容事情——流行っているからこそ正しい医療の提供を 161

あとがき 173

しわ

— 額、ほうれい線、カラスの足跡などなど 治療方法は千差万別

宮地 しわにもいろんな種類がありますけど、治療法はどんな

ものがあるんでしょうか？

宮田 タイプによって、治療方法が全く変わってきます。しわ

の初期は**乾燥じわ**、**ちりめんじわ**ですが、それらは保湿すれば治るっていう論文も出ているので、基本保湿からスタートしています。表情じわなどで力を抜いてもだんだん線が取れなくなってきたら、**ボトックス®**を使っていきます。ボトックス注射をしても取れないたるみや、皮膚全層の折れ曲がったような大きなしわ——大じわって一般に言いますけど——これになってくると、注入や機器に移ります。

乾燥じわ、**ちりめんじわ** とも

に乾燥によって角層の保水力が低下し、肌表面に細かいしわができてしまった肌状態のこと。初めてしわができたとき、たいていはこの乾燥じわもしくはちりめんじわのどちらかであると言っ
てよい。

ボトックス® ボトックス®注射のこと。ボツリヌストキシンという毒素（筋肉を麻痺させる効果がある）を、皮膚表面の浅いところに注射することで肌が引き締まり、しわ、

宮地 ボトックスがファイラーよりも先なんですか？

宮田 たるみを伴っているかどうかですが、段階的にボトックスが先です。ただ来院なさった段階でもうダルダルにたるんでいる患者さんもいっぱいいるので、その場合は最初からファイラーにしましょう、となります。あとしわの場所にもよりますね。

宮地 ボトックスって、やったあと無表情になりませんか？

宮田 それをさせないようにするのが腕です。

宮地 なるほど。いやほく自身はやったことにはないんですけど、やった人を見たら、片側だけしわがないように見えて、何だか無表情になってるなあって思ったんです。あれ、目が垂れませんか？

宮田 100パーセント垂れます。

宮地 ほく、数年前にある美容医療の男性医師と、一緒に写真

たるみを改善できる。多汗症やワキガの治療にも用いられる。

表情しわに対するボトックス注射は2009年に美容目的で承認され、安全性と有効性が認められている。

ファイラー 元々は「充填剤」の意味だが、美容医療界では、しわ改善や豊胸などを目的として、注射で注入する材料のことを指す。代表的な注入剤に、ヒアルロン酸やコラーゲンがある。導入当初は、しわのすぐ下にファイラーを注入し、シワを浅くするという注入法が主流だったが、製剤と技術の進歩により、多様な効果を得ることが可能になった。

を撮ったんです。撮ったその場で写真を見ながら、ぼくはおでこにしわがあるって言ったたら、その男性医師に「先生、それね、目を大きくしようと思って、おでこに力を入れて上に引っ張るからですよ。半開きのままだったらしわは出ませんよ」って言われたんです。無意識に上げてるんですって。でも半開きの目のままで写真を撮られるのはイヤだから、「ボトックスをやれば、額に力を入れてもしわが出なくなるんですかね？」って訊いたら、「額のしわは取れますけど、目が下がってきてカッコ悪くなりますよ」って言われて、それでボトックスはやめました。

宮田 目を大きく見せようとして額に力を入れている人って、すごく多いんです。そのことを一般の人に説明するとき、ぼくは、まず目を閉じて眉毛を指で押さえてもらうんです。そして押さえたまま目を開けてもらって、「それが本当の目の



①正面を向いて
目を閉じる



②目を閉じた状態で、
両方の眉を指で
押さえる



③指で押さえたまま、
目を開ける
そのときの目の開き具合が
本当の目の状態

**本当の目の状態（眼瞼下垂でないかどうか）の
セルフチェック方法**

状態ですよ」と言っています。

宮地 目を閉じて、眉毛を押さえて、目を開ける？

宮田 眉毛を動かさしないで目を開けようとすると、目が開かないから眉毛を使うんです。

宮地 開かないよ！ これ開く人いるんですか？

宮田 開く人もいます。けれどみんなけっこう無意識のうちに眉毛を上げて目を開けているんです。開かないのは宮地先生だけじゃないので、安心してください。

宮地 よかった（笑）。

宮田 本来は眼瞼挙筋がんけんきよきんっていう瞼まぶたを上げる筋肉で目を開けるはずなんです、その力がなくなってきた、さらに皮膚が伸びすぎてかぶってしまったことで、できなくなるんです。**眼瞼**がんけん

下垂かすい 言っています。

宮地 子どもは眉毛を押さえても目を開けることができるんで

眼瞼下垂 まぶたが下がってき
て見にくくなる病態。加齢に
よって、上まぶたを上げる筋
肉の力が弱くなつて起こるこ
とが多く、肩こりや頭痛の原
因になることもある。

すね。

宮田 子どもでも先天性の眼瞼下垂の子がいます。そういう子

も目を開けるときは、おでこの力を使います。

宮地 目と言えばカラスの足跡あしあとはどうですか？

宮田 カラスの足跡こそ、しわが深く入ってなければ、ボトツ

クスで抑えられます。

宮地 ボトツクスで半年くらいは持ちますか？

宮田 4カ月くらいですね。

宮地 ファイラーはもつと長い？

宮田 ファイラーは1年半持ちます。

宮地 ファイラーの得意な場所っていうのは、**ほうれい線**とかで

すか？

宮田 そうですね。ほうれい線は「しわ」だけじゃなくて、

「たるみ」とも関係します。「ほうれい線は『しわ』か『たる

カラスの足跡



あとがき

今回の対談では宮地良樹先生の進行が素晴らしすぎて、時間の過ぎるのを忘れて美容医療のすべてについて大いに語り合えたという気がしています。皮膚科と形成外科という異なる出自の医師二人が対談することによって、従来にはない内容を深掘りした書籍が出来上がりました。医師向け成書とは異なり、一般の方が読者となるので、今まで知り得なかったであろうディープな内容を平易に解説して、医師選び、クリニック選びの目安となるように仕上がったのではないかと思います。

具体的な内容としては、皆さんが最も興味も持っていると思われる「しみ」から「しわ」「たるみ」、そして「脱毛」「痩身」「女性のデリケートゾーン」に至るまでを幅広く網羅しました。治療の詳細に言及したのみでなく、一般の方にとっては情報が得られにくいであろう「治療にまつわるトラブル」についてもかなり踏み込んだ話ができました。さらには、医学書でもあまり語られることのない美容医療の歴史や変遷についても、

話をしました。個人的な知見の範囲を超えることはできませんが、上手くまとまっていますので、興味を持っていただけるのではないかと思います。今の美容医療の問題点も洗い出されているのではないのでしょうか。

今世紀に入ってから美容医療は、外科的な治療から非外科的な治療、皮膚科的な治療へとその主流が移行してきました。私自身は形成外科医です。この美容医療という世界に入ったときの治療法は、形成外科的な手術がほとんどを占めていました。しかしその後の様々な機器や製剤の開発とともに、プチ整形ブームの到来、レーザー脱毛の普及などがあり、美容医療を取り巻く環境は大きく変わりました。限られたマイスターだけが診療に従事する時代は終わったのです。若い医師が希望を持ってこの分野に参入し、切磋琢磨するようになりました。しかしながら医師の技量という点では、残念ながら質が担保できていないという部分もあります。

この数年は患者さんの意識の変化が顕著で、美容皮膚科・美容外科は、広く一般に認知されるようになり、もはや受診することは内緒にすることも恥じることもなくな

りました。しかしそれと同時に、SNS等によって美容医療が魔法のように語られてもいます。

今、美容医療という分野では「医師の質」と「患者さんの持つ情報」がともに混沌としている時代を迎えています。そんな中で、本書が皆さんにとって、正しい美容医療を知る一つのきっかけとなることを願っています。

みやた形成外科・皮ふクリニック院長

宮田成章