

平成 23 年 5 月 18 日

報道関係各位

東京都世田谷区太子堂 2-16-5
株式会社 QLife(キューライフ)

5 月 21 日は「ニキビの日」
ニキビケア 4 人中 3 人(75%)が自己流で失敗
20 代女性を悩ます『大人ニキビ』はストレスのサイン

日本最大級の病院検索サイト、医薬品検索サイト、医療情報サイトを運営する総合医療メディア会社の株式会社 QLife(キューライフ/本社:東京都世田谷区、代表取締役:山内善行)は、『20 歳以上になってからの「ニキビのケア」実態調査』を発表した。インターネット経由で 20 代女性 500 人から回答を得た。

それによると、20 代女性に一般的と思われるさまざまな日常的ケアの中で、自己流ケアにて失敗した経験が最も高いのが、ニキビ(75%)であった。さらに、さまざまなニキビのケア方法を試すものの、なかなか良い方法がなく、9 割の人が悩んでいる実態が明らかになった。

虎の門病院 皮膚科部長 林 伸和先生は今回の調査結果を受けて、「20 代女性を悩ます『大人ニキビ』の一番の原因ともいえるのがストレスです。春は就職や転職・異動など環境の変化により、知らず知らずのうちにストレスを抱え、このストレスが体調不良や疲れなどの形で現れます。

75%の女性が『忙しい時・ストレスを感じた時にニキビができた、増えた』と回答していることから、新生活の疲れ・ストレスが出やすい 5 月はニキビに注意が必要な季節といえます。また、ニキビは初期の段階から治療することが痕を残さない為にも大切です。ひとりで悩まず、皮膚科で相談して下さい」とコメントしている。

調査の主な結論は以下の通り。

1. 20 代女性が「自己流のケアで失敗」No.1 はニキビ

75%が自己流のニキビケアで失敗した経験を持ち、脱毛(50%)、シミ・しわなどニキビ以外の肌トラブル(27%)といった他の 20 代女性に一般的と思われる日常的なケアの中で、最も高い失敗経験率となった。

2. ニキビの「自己流ケア」はさまざま 症状が改善したのはごく少数

自己流ケアの中で、最も多い「ニキビを自分でつぶす」(60%)につづいて、「洗顔」「市販薬」「ニキビ用化粧品」「食生活の改善」「睡眠をとる」とさまざまな方法を試している。

ところが、自己流ケアのうち実際にニキビの改善に結びついているものは少ない結果となった。

3. 9割がニキビのケア方法が分からず、ひとりで悩む

ニキビのケアに悩んだ経験がある人は94%に上る一方、自分のケア方法に自信を持っている人はわずか9%に過ぎない。

また、ニキビができて約半数(45%)が誰にも相談せず、ひとりで様々なケアを試しては失敗している様子が伺える。

4. 『大人ニキビ』はストレスのサイン

忙しい時、ストレスを感じた時の体調への影響では、「ニキビができた、増えた」が75%と最も多く、20代女性を悩ます『大人ニキビ』はストレスの現れともいえる。

また20代女性の9割が、大人ニキビと思春期ニキビに違いがあるとした。具体的には、「なかなか治らない」(56%)、「同じところに繰り返しできる」(52%)を特徴として指摘する人が多い。

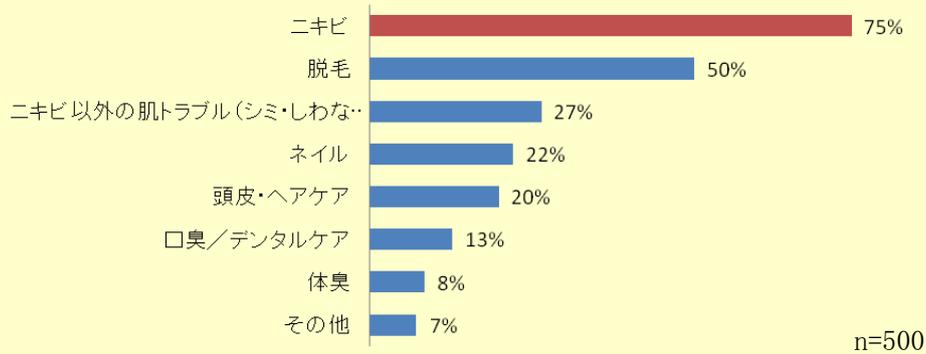
5. 改善率が最も高いのは「皮膚科のニキビ治療」

ニキビの治療を皮膚科で受けたことがある人は37%で、そのうち症状が「とても改善した」と顕著な効果を実感しているのは39%と圧倒的に比率が高い。「食生活の改善や睡眠にもある程度の改善効果があり、病院での治療に加えて、健康的な生活習慣を心がけることも大切です」と虎の門病院 皮膚科部長 林 伸和先生はコメントしている。

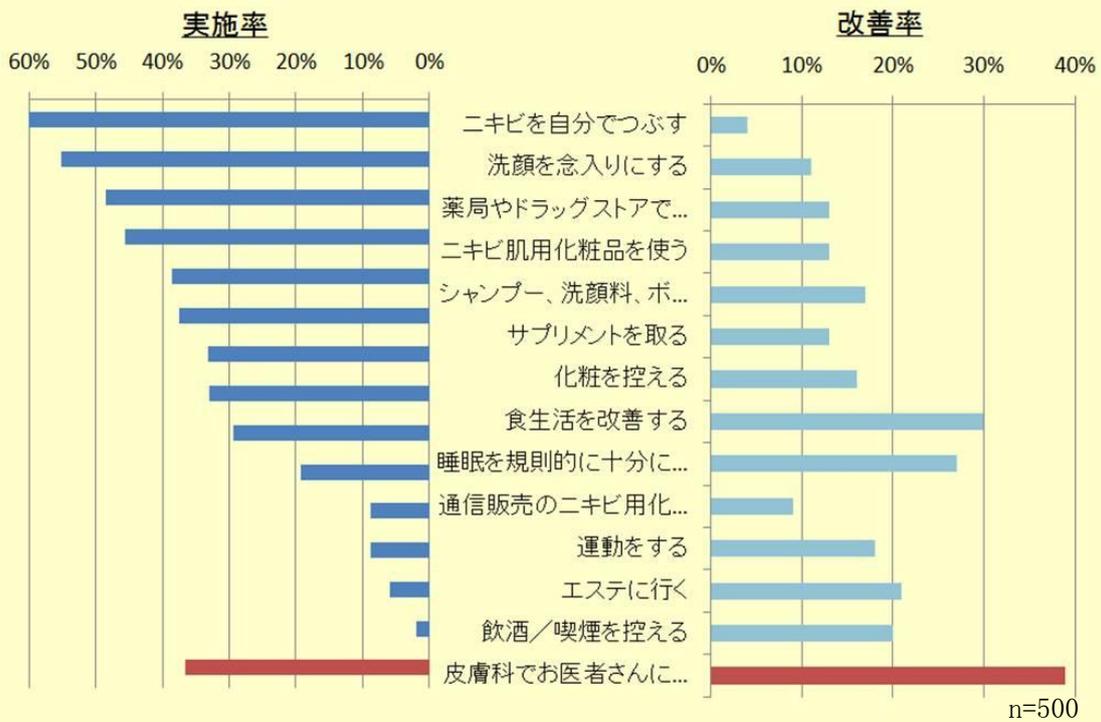
▼調査の実施概要

- (1) 調査名称:20代になってからの「ニキビのケア」実態調査(調査票上の表示は、“ニキビに関するアンケート”)
- (2) 調査対象:20-29歳の女性
- (3) 有効回答数:500人
- (4) 調査方法:インターネット調査
- (5) 調査時期:2011/4/4~2011/4/6
- (6) 調査地域:東北6県と茨城県を除く40都道府県(対象外地域 青森、秋田、岩手、山形、宮城、福島)

「自己流」ケアして失敗したもの一覧 (複数回答)

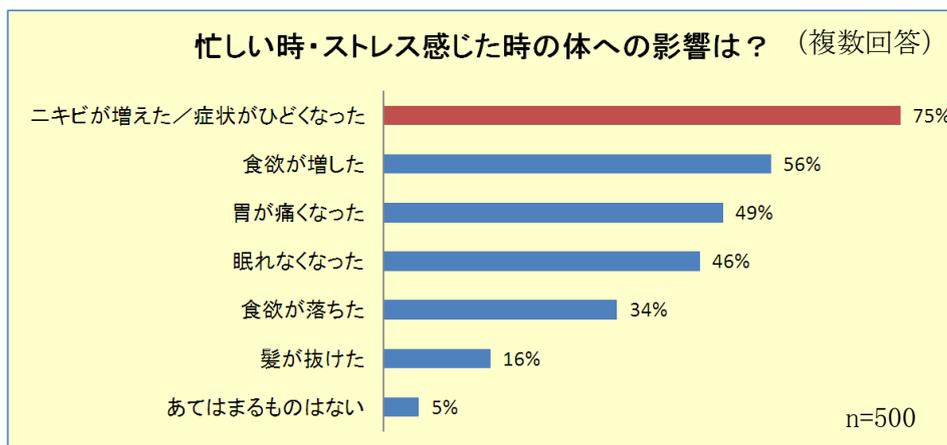
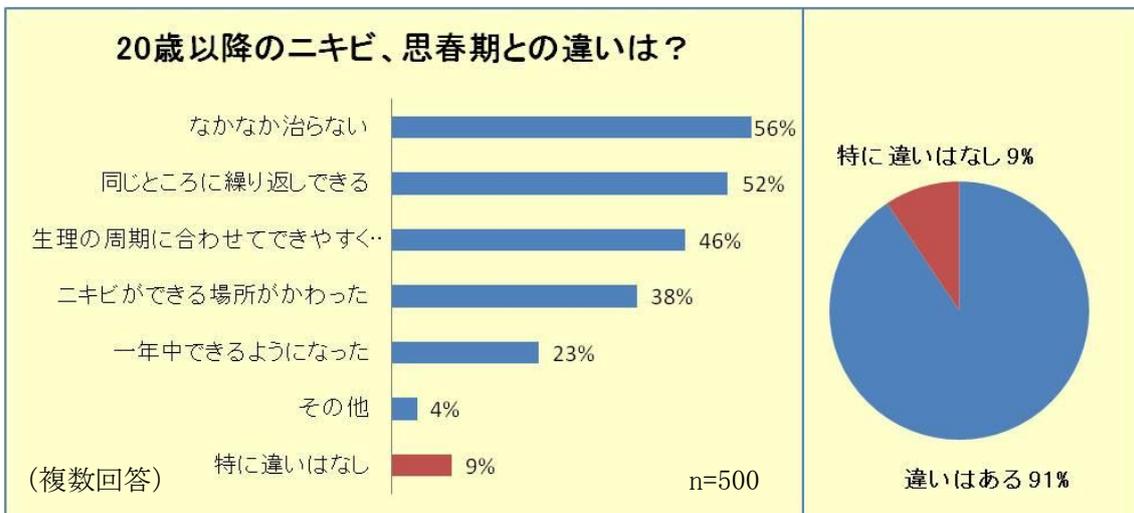
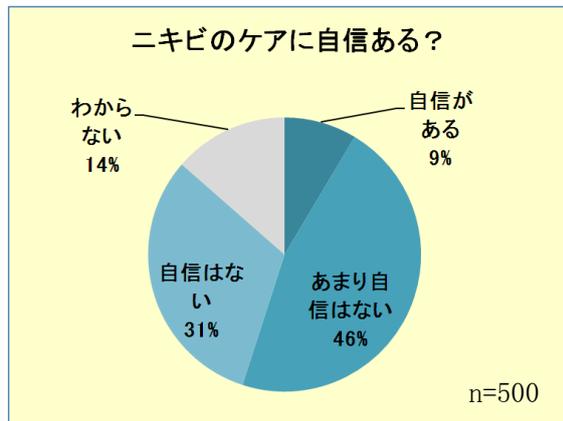
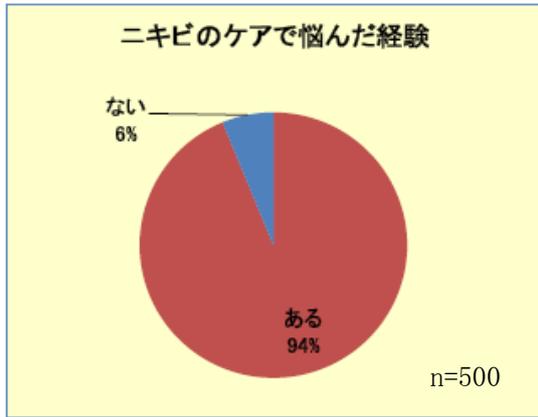


ニキビのケアで症状が改善した? (複数回答)



<今までに、試したことのあるニキビケア・ニキビ治療>

ケア方法	n	%
ニキビを自分でつぶす	301	60.2
洗顔を念入りにする	276	55.2
薬局やドラッグストアで売っているニキビ薬を使う	242	48.4
ニキビ肌用化粧品を使う	228	45.6
シャンプー、洗顔料、ボディソープをしっかりと洗い流す	193	38.6
サプリメントを取る	187	37.4
化粧を控える	166	33.2
食生活を改善する	165	33.0
睡眠を定期的に十分に取る	147	29.4
通信販売のニキビ用化粧品を使う	96	19.2
運動をする	44	8.8
エステに行く	44	8.8
飲酒/喫煙を控える	30	6.0
その他	10	2.0
皮膚科でお医者さんにみてもらう	183	36.6





<株式会社 QLife の会社概要>

会社名 : 株式会社 QLife(キューライフ)

所在地 : 〒154-0004 東京都世田谷区太子堂 2-16-5 さいとうビル 4F

代表者 : 代表取締役 山内善行

設立日 : 2006年(平成18年)11月17日

事業内容: 健康・医療分野の広告メディア事業ならびにマーケティング事業

企業理念: 生活者と医療機関の距離を縮める

サイト理念: 感動をシェアしよう!

URL : <http://www.qlife.co.jp/>

本件に関するお問い合わせ先:

株式会社 QLife 広報担当

TEL : 03-5433-3161 / E-mail : info@qlife.co.jp
