

これからがん治療をはじめる方へ

眉毛・まつ毛が抜けます



どんな顔になるの？

と言われたら



化粧なんかわからない！

あせらないで！気になったら書けばいいだけ

あせらないで！



眉毛とまつ毛は、髪より後に抜けることが多いです。
また、急に全ての毛が抜けてしまうわけでもありません。
髪同様、治療が終われば生えてきます。
メイク時と同じ書き方でOKです。

簡単な方法を覚えましょう！



今までと同じ眉の形でなくても、目の上に眉っぽいものが描ければ大丈夫です。
簡単な方法をまず覚えましょう。
まつ毛も、化粧で工夫すれば、脱毛が目立ちません。
眼鏡をかける方法もあります。

練習してみよう



眉毛を描いたことがない人は、抜ける前から少しずつ練習して、慣れておくといいです。
脱毛する前に自分の顔の写真を撮っておくと、脱毛してからも見直して描けるので安心です。

眉毛・まつ毛のカモフラージュ方法

1 眉毛の脱毛

眉毛の脱毛は化粧で補えます。ペンシル、リキッド、パウダーなどの眉用化粧品があります。初めての方はパウダータイプが使いやすいです。スーパーやドラッグストアの化粧品コーナーで売っている、一般的な製品で構いません。裏面を参考にして描いてみてください。

2 まつ毛の脱毛

まつ毛が脱毛すると、まぶしかったり、目にゴミが入りやすくなるほか、目元がぼやけた印象になりがちです。眼鏡をかけるとこれらを改善できます。印象だけであれば、目のふちにアイシャドウをつけて目を引き締める方法があります。中にはつけまつ毛を使う人もいます。



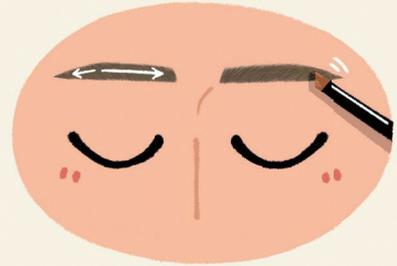
大きめで、ふちが太めの眼鏡なら、眉毛がないのも目立たなくなります。

眉毛やまつ毛というパーツにこだわりすぎないで！全体の印象を整えましょう。

眉毛を描くヒント！

1 左右対称でなくても大丈夫！

どんな人でも左右の顔が違うように、眉毛も違うもの。
多少形が違って大丈夫。



2 シンプルにまっすぐ描いてみる

キレイな形を描こうとするとムズカシイ。
男女問わず、まずは眼の上に眉用パウダーでまっすぐ横棒を描いてみましょう。
それだけで意外と顔がイキキします。
髪の脱毛が始まった頃から少しずつ練習しましょう。

3 他人は近くで眉毛を見ません

眉を描くときは、つつい鏡に近づきがち。
でも、友達や同僚が、あなたの顔を見るのは大体1～2メートル先からです。
人と会う距離でどう見えるかをチェックしましょう。



4 お役立ちアイテムはいろいろあります

眉の形をくりぬいたテンプレートや、眉毛のシール、眉スタンプ、汗で落ちにくいウォータープルーフタイプの眉用ペンシルなどいろいろな製品が市販されています。
「アイブロー/アイブロウ」と書いてあるのが、眉用の製品です。

対処方法はひとそれぞれです

妻に協力してもらいました。

今まで眉なんか描いたことがありませんでしたが、妻の道具を借りて、妻に聞きながら自分で描くようにしました。



眉ティントを使用しました。

1回使うと眉の部分に色がついて、数日落ちない眉ティントという化粧品を使いました。眉ティントで色が付いた部分を目安に、普段通りの描き方で眉を描きました。



ムラがあっても本物らしい眉になりました。

色のムラがあったり、左右対称でない方が、本物っぽい感じでした。脱毛したままより、下手でも描いていた方が印象はよかったです。



まつ毛の脱毛が気になりました。

まつ毛の脱毛が気になりましたが、つけまつ毛は抵抗があったので、アイラインを太めに引き、安い眼鏡を買って、かけるようにしました。



問合せ先

金沢大学附属病院 患者サポートセンター/がん相談支援センター
連絡先 : 076-265-2000 (代表) 076-265-2040 (直通)
開設時間: 月曜日～金曜日 (病院休診日を除く)

午前8時30分～午後5時 (原則予約制)
(なお、相談の受付は午後4時までになります。)

