



TOP - ブログ

ー ターゲットクールで繰り返すニキビをやさしく改善 | 痛み・ダウンタイム少なく赤みも抑制【目黒駅前ルアクリニック】

2025.06.30

ターゲットクールで繰り返すニキビをやさしく改善 | 痛み・ダウンタイム少なく赤みも抑制【目黒駅前ルアクリニック】



ターゲットクールとは？冷却テクノロジーでやさしくニキビケア

肌への負担を抑えたい方へ注目の治療

目黒駅前ルアクリニックでは、冷却を活用した「ターゲットクール (Target Cool®)」を導入し、美容皮膚科としてニキビや肌荒れ、赤みなどの悩みに対応しています。ターゲットクールは、二酸化炭素ガスを利用した冷媒を高濃度かつ瞬時に噴射し、-10℃～5℃程度の低温で皮膚表面をやさしく冷却する治療機器です。痛みに敏感な方でも安心して受けられる施術として注目されています。

ターゲットクールは世界30ヶ国以上で使用されており、特に韓国やヨーロッパなど美容医療が盛んな国々でも導入が進んでいます。施術中の痛みや腫れが少なく、直後からメイクも可能。ダウンタイムがほとんどないのが大きな特長です。仕事や家事、運動などのライフスタイルを維持したまま治療が受けられるため、患者様にとって安心して続けやすい選択肢となっています。

当クリニックでのターゲットクールの位置付け

当クリニックでは、ターゲットクールをニキビ治療だけでなく、美肌注射（ジュベルックやブルリアル）など、他製剤の注入方法として、多角的なスキンケアメニューに組み込んでいます。冷却によって炎症を緩和し、皮膚の血流や新陳代謝を促進しながら、酸素の供給をサポートします。これにより自然な組織再生を助けるとともに、抗酸化作用を高め、ターンオーバーを整えることが期待されます。カウンセリングでは医師やドクターが丁寧に診察し、現在の肌状態や治療後のケア方法、可能なリスクや副作用（例えば一時的な赤み・内出血・知覚低下）についても詳しく説明します。これにより患者様は不安を軽減し、納得した上で施術を進めることが可能です。

[ターゲットクールについてはこちら](#)

ターゲットクールを使ったニキビ治療のメリットとは？



最近の記事



2025.10.09

【医師が解説】こめかみヒアルロン酸注入で若々しい印象へ | 目黒駅前ルアクリニック



2025.10.07

目黒でシミ治療を検討中の方へ | 美容皮膚科のQスイッチレーザー一解説



2025.09.27

ターゲットクールで変わる美肌注射 | 続けやすい美容習慣を目黒で



2025.09.26

新型コロナワクチンの最新情報 | 目黒駅前ですっきり受けられる予防接種



2025.09.24

【目黒駅】ターゲットクール(Target Cool®)で繰り返すニキビに配慮した新しいケアとは

アーカイブ

2025



痛みや赤みを抑えながら肌質を改善

ターゲットクールは、従来のレーザーや高周波機器とは異なり、極めて短時間で皮膚表面を冷却することにより、痛みや赤みといったダウンタイムを大幅に抑えやすい治療です。冷却ガス（CO₂）を用い、特殊なクーリングモードで-10℃から5℃程度の温度域を瞬時に皮膚へ届けることで、表皮から真皮までを精密に冷却します。毛細血管や組織への過度な刺激を避けつつ、酸素や血流を保ちながら肌の再生やターンオーバーを自然に促進します。

また、ターゲットクールは単に熱を抑えるだけでなく、血管新生の活性化を促す間接的な作用も期待できます。こうした治療によって、炎症を繰り返しやすいニキビや色素沈着（ニキビ跡）に対しても徐々に変化が現れ、赤みや肌荒れを軽減できるケースが多いです。なお、治療後のダウンタイムは少なく、術後すぐに洗顔やメイクが可能な点も忙しい方には嬉しいポイントです。

他の美容施術との併用で相乗効果も

当クリニックではターゲットクールを単独で行うだけでなく、美肌注射（ジュベルックやプルリアル）など、多角的な美容施術と併用することもおすすめています。冷却後の皮膚は浸透率が高まりやすく、薬剤や有効成分がより効率よく届けられるという特長があります。これを「ブースター（ブースティング）効果」と呼び、当院でもニキビ跡や毛穴、乾燥肌やくすみなど複合的な肌悩みに対応する際に積極的に活用しています。

患者様の状態や悩みに合わせ、医師がカウンセリング・診察を行い、最適な施術内容や回数、間隔を丁寧に案内いたします。治療後には軽い赤みや腫れが一時的に出る場合がありますが、これは肌が再生しようと反応している自然な経過であり、ほとんどは数時間から数日以内に落ち着きます。

さらにターゲットクールは国内外の多くのクリニックや美容皮膚科で導入されており、その安全性や有効性に関するデータや症例も豊富です。当院では治療における注意事項やリスクについては診察時にしっかりと説明し、ご納得いただいてから施術を進めていますので安心してご相談ください。

[美肌注射の詳細ページへ](#)

ターゲットクールはこんな方におすすめです

繰り返すニキビや肌荒れにお悩みの方へ

「皮膚科で薬を処方されても改善がゆっくり」「何度も同じ部位に炎症や赤みが出てしまう」といった悩みを抱える方には、ターゲットクールが選択肢の一つです。当クリニックではカウンセリングや診察で丁寧に肌状態を確認し、患者様それぞれのライフスタイルや敏感さに合わせて最適な施術内容をご提案しています。

ターゲットクールは、高速でCO₂（二酸化炭素）ガスを用い、冷却を瞬時に行うため、表皮から真皮層まで過度な熱ダメージを避けながらターゲット部位へピンポイントで働きかけます。これにより皮脂分泌のバランスを保ち、赤みや炎症を抑制し、毛穴の引き締めや肌の凹凸の改善を自然にサポートします。

「**施術後のダウンタイムが心配**」「**仕事柄メイクを休めない**」「**痛みや刺激が苦手**」という方も、ターゲットクールは**施術直後から洗顔やメイクが可能なので、普段通りの生活を維持しやすいのが大きな魅力です。**

幅広い肌トラブルや併用治療にも対応

ニキビだけでなく、ニキビ跡、乾燥肌、くすみが気になる方にもターゲットクールはおすすめです。ターゲットクールは肌質・毛細血管・皮脂・角質にやさしく作用し、酸素や血流を促進させて新陳代謝を整えることで自然な肌再生を促します。

実際、当院ではニキビに対してターゲットクールと他の美容施術を組み合わせることで、

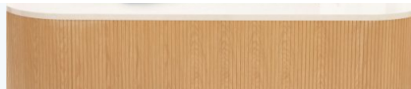
- 炎症後の色素沈着を抑えたい
- 毛穴や肌のハリを向上させたい
- 将来的なシワやたるみを予防したい

といった多くのお客様のご要望に対応しています。

患者様には、治療内容や料金、施術の目安となる回数・間隔、考えられるリスク（赤み・腫れ・知覚低下など）についても医師が詳しく説明し、ご理解いただいたうえで治療を進めています。安心してご相談いただけるよう、LINEから24時間いつでも予約受付を行っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

ターゲットクール治療の流れと注意したいポイント





丁寧なカウンセリングからスタート

当クリニックでは、まず患者様のお悩みや肌状態を詳しく伺うカウンセリングからスタートします。ニキビや赤み、たるみ、毛穴の開きといった症状は同じ「ニキビ」と一括りにされがちですが、原因は皮脂の過剰分泌や角質肥厚、紫外線によるダメージ、血流不足など様々です。診察では皮膚の状態を細かく確認し、適応となる治療や併用すべき他の施術を見極めます。

治療プランでは、ターゲットクール単体か他の美容施術との併用かを検討し、最適な施術内容を提案。患者様には料金や治療後の注意事項、目安となる回数や間隔も丁寧に説明しますので、安心してご相談ください。

施術当日の流れと施術後の注意点

施術当日は、洗顔で皮膚を清潔にした後、冷却ガス（CO₂）を使用したターゲットクールを顔や希望の部位へ照射します。この機器はbohr効果（ボーア効果*）により酸素供給量を維持しながら冷却し、血流を適切に調整できるのが特長です。短時間で瞬時にfreezing（フリージング）状態を作ること、痛みや腫れ、炎症を極力抑えます。

*bohr効果・血液中の二酸化炭素（CO₂）濃度や酸性度（pH）が変化すると、ヘモグロビンが酸素（O₂）を放出しやすくなる現象

施術後は一時的に赤みや浮腫（腫れ）を生じる可能性があります。ほとんどの場合数分～数時間以内に自然に改善します。内出血も稀に見られますが過剰に心配する必要はありません。気になる場合には当院ドクターが随時対応しますので、安心してご相談ください。

また施術後は一時的に皮膚のバリア機能が下がるため、過度の飲酒や入浴、激しい運動は当日避け、しっかり保湿を行うことが大切です。湿度や紫外線の影響を受けやすい状態ですので、UVケアも忘れずに。施術当日はメイクも可能ですが、強く擦るのは控えましょう。

予約からアフターフォローまで一貫対応

当クリニックではLINEから24時間いつでも予約を受付しております。カウンセリング後に治療方針を決定し、施術は1回30分程度で終了します。その後の経過チェックやスキンケアのアドバイスも含め、医師が責任を持って対応いたします。

ニキビやニキビ跡や毛穴、くすみなど幅広い症状に対応し、患者様それぞれの肌質や悩みに合わせた治療計画を立ていたします。治療後も「赤みが長引く」「痒みが出た」など小さな変化もお気軽にご相談ください。詳細な情報はクリニックホームページにも掲載していますので、ぜひご覧ください。

当院について

ターゲットクール治療のリスク・副作用と安全性

考えられるリスクや副作用について

ターゲットクールは、冷却を用いた非侵襲的（皮膚を切開しない）治療として多くの美容皮膚科やクリニックで導入されていますが、医療機器である以上、リスクや副作用が全くないわけではありません。施術後に起こりうる症状としては、一時的な赤みや腫れ、軽い内出血が挙げられます。これは皮膚の血管が冷却による収縮・拡張で刺激を受けるためで、通常は数分から数時間以内に自然に改善します。

また、治療部位によっては小さな浮腫が見られることがありますが、これは皮膚が過冷却されたことで一時的に水分バランスが乱れる反応です。ごく稀に冷却による血行低下が長引き、色素沈着として残るケースも報告されています。ただし当クリニックでは適切な冷却温度や照射時間を細かく調整し、患者様一人ひとりの皮膚の厚みや血管の走行に合わせた設定を行うことで、リスクを最小限に抑えています。

施術前後に注意したい生活習慣

治療後は皮膚が一時的にデリケートな状態になっているため、当日から翌日程度は過度な入浴やアルコール摂取、長時間の運動は避けていただくと安心です。特に紫外線は炎症を助長しやすいので、外出時は日焼け止めを使用し、帽子や日傘で防ぐなどのケアを心がけましょう。

また施術直後からメイクや洗顔は可能ですが、力を入れてゴシゴシ擦るのは避け、クレンジングモードで整った皮膚バリアを優しく保つことが大切です。治療後の肌は一時的に浸透率が高まっているため、美容液やクリームなどを使う際は医師やスタッフにご相談の上、肌に合うものを選ぶことをおすすめします。

当院の安全管理とフォロー体制

目黒駅前アルクリニックでは、ターゲットクールを使用した施術について、必ずドクターによる診察で適応を確認し、機器のモードや冷却温度、噴射強度を患者様ごとに細かく調整しています。これにより過剰な刺激を避け、血管や皮膚組織を守りながら治療効果をしっかり届けます。

施術後の経過や副作用への対応も徹底しており、赤みや痒みが長引いた場合も迅速に診療します。LINEや電話でもいつでもご相談いただけますので、「少し気になる」「これって普通かな？」という段階でも気軽にご連絡ください。

オンライン
診療

保険診療

美容診療
TOPページへ

ターゲットクール治療に関するよくある質問

施術はどのくらいの時間で終わりますか？

ターゲットクールは短時間で冷却を行える治療ですので、通常は施術そのものは1回30分程度で完了します。カウンセリングや診察、準備やアフターケアの説明まで含めても1時間程度で終了するケースがほとんどです。当クリニックでは患者様の肌質や悩みに合わせ、bohr効果（ボーア効果）を意識しながら酸素供給や血流を適切に調整し、冷却温度や噴射モードを微細に設定しています。

痛みはありますか？どんな感覚ですか？

ターゲットクールは冷却ガスをfreezing（フリージング）のように瞬時に当てるため、痛みはレーザーや針を使う治療より少ないです。冷たい風を当てられているような感覚で、敏感な部位では軽いチクチクとした刺激を感じる場合もありますが、ほとんどの方は施術中もリラックスされています。

どんな肌悩みに向いていますか？

主にニキビ、赤み、乾燥肌、くすみといった美容皮膚科領域で幅広く使われています。また冷却によって皮脂分泌や血流が整い、抗酸化環境が高まるため、肌の新陳代謝（ターンオーバー）を促し美肌へと導くサポートします。必要に応じて他の施術と併用するプランをご提案しています。

副作用や注意点は？

冷却により一時的に赤み、浮腫（腫れ）、内出血が起こることがありますが、通常は数分から数時間で自然に改善します。稀に色素沈着や血行低下が長引く場合がありますので、治療後は紫外線や強い摩擦を避け、保湿を心がけることが大切です。

また妊娠中や授乳中、重篤な皮膚疾患がある方は原則施術をお控えいただいています。詳細はカウンセリングで医師にご相談ください。

治療費用や回数の目安は？

ターゲットクールは単独施術の場合と、美肌注射などと併用する場合で料金異なります。回数や間隔も患者様の肌状態や目的により様々です。詳細はホームページの料金表やLINEからのお問い合わせでもご案内可能です。

まとめ ～ターゲットクールで持続可能な美肌ケアを～

肌悩みへの新しいアプローチとして

これまでニキビや赤み、くすみなどの治療には内服薬やレーザーなど様々な療法が行われてきましたが、それぞれ副作用やダウンタイム、施術中の痛みなどのデメリットがありました。ターゲットクールはCO₂を用いた特殊な冷却技術（freezing）で肌表面を精密に冷却し、血流や酸素供給を維持しながらターゲット層へピンポイントにアプローチすることで、過剰な刺激を避けつつ自然な改善を期待できる治療です。

当院では美容皮膚科として、ターゲットクールをはじめとした各種治療を組み合わせ、患者様一人ひとりに合うオーダーメイドの治療計画を立案しています。これにより、単に症状を一時的に抑えるだけでなく、肌の育成（育）や血管新生を促進し、長期的な健康美肌を目指すサポートを行っています。

またLINEから24時間受付を行い、来院までの流れや料金体系、各種メニューについてもホームページで詳細にご案内しております。

[LINE予約ページ](#)へ

← [ブローガー一覧に戻る](#)

Reserve

当院は予約制となっております。

（美容は完全予約制です）

… LINE予約

☎ お問い合わせ



目黒駅前
ルアクリニック

内科・アレルギー科・皮膚科・美容皮膚科・乳腺科

当院について

お悩みから探す

料金表

アクセス

ブログ

はじめての方へ

オンライン診療

よくある質問

お知らせ

求人情報

住所

東京都品川区上大崎2丁目15-18 目黒東豊ビル5階
TEL:03-3447-1555

診療時間

平日 9:00-13:00／14:00-21:00

土日祝 9:00-13:00／14:00-19:00



[プライバシーポリシー](#) [特定診療引法に基づく表記](#)