

Kisgegyed

A kozmetikus tanácsai a nyári szezonra

2012.06.12.

Nyáron több megpróbáltatás és éri bőrünket. A napsugárzás, a meleg levegő és a fokozott verejtékezés kedvezőtlen hatásai ellen jó, ha még nyaralás előtt felkészülünk.

A nyári szezonban a legideálisabb, ha mindig lapul a táskánkban egy naptej, amit szükség esetén használhatunk – tanácsolja Peterman Krisztina, a **Dermatica** kozmetikusa. Fényvédelemre ne csak a strandon gondoljunk, egy városi séta alkalmával, sőt a hűsnek vélt fák árnyékában is könnyen leéghetünk. Fontos, hogy az arcon speciálisan erre a területre kifejlesztett napvédőt használjunk. Ezek általában kevésbé zsíros, könnyen felszívódó krémek, melyek magas, min. 30-as faktorszámmal rendelkeznek. A szemek körüli érzékeny bőr védelméről se feledkezzünk meg, illetve ritkuló haj esetén fontos, hogy a fejbőrt is védjük a leégéstől. Az ajkak védelmére is ügyeljünk: különböző faktorszámú UV filtert tartalmazó ajakápolók közül választhatunk, színezett ill. színtelen kivitelben.

Szalmakalap és friss víz

Az UV-sugarak a hajunkat sem kímélik, így hőségben javasolt szalmakalappal védekeznünk a káros hatások ellen. A nyári szezonban részesítsük előnyben az UV-szűrőt is tartalmazó hajápoló termékeket, válasszunk olajmentes készítményeket, így elkerülhetjük, hogy hajunk zsíros kinézetű legyen. A sós tengervíz és a medencék klórtartalma könnyen töredezetté, szárazzá teheti hajunkat. A vízparton ezért ügyeljünk rá, hogy fürdőzés után mindig zuhanyozzunk le és hajunkat is mossuk át.



Peeling

Lényeges, hogy az elhalt hámsejteket még a nyári időszak előtt eltávolítsuk. Különösen a szezon elején népszerű önbarnító krémek használata okozhat foltos barnaságot, az elhalt hámsejtekből felszívódott krém ugyanis sötétebb színt eredményez az adott területen. A mechanikai peeling során apró, kemény részecskék segítségével

egyszerűen, dörzsöléssel távolítjuk el az elhalt hámsejteket – magyarázza Peterman Krisztina. A kémiai peeling esetén alfa-hidroxi savakat használunk a bőr hámlasztásához, fiatalításához. Az ilyen típusú kozmetikai kezelést azonban az őszi időszakban javasolt elvégeztetni, mivel a savas hámlasztás során a bőrt védő keratin réteget oldjuk. A bőr fokozott érzékenységevel pedig nő a leégés veszélye. Kellemetlen szövődményként ilyenkor jelentkezhet még hiperpigmentáció, egyenetlen barnulás, fokozódik a bőrgyulladások kialakulásának esélye. AHA kezelés után tehát mindenképpen szükség van megfelelő fényvédelemre és kerülni kell a napot, napozást. Kémiai hámlasztás ezért csak ősztől végezhető, amikor az erős napsütéses időszaknak már vége.

Pattanások ellen

Nyáron, a fokozott verejtékezés hatására a pórusok könnyebben eltömődnek, így nemcsak az arcon, de a háton, mellkason is pattanások jelenhetnek meg. A megelőzésben ilyenkor különösen fontos a rendszeres arcisztítás: reggel és este arctej és tonik használata. Testünket dörzshatású szivaccsal, mosdókesztyűvel tisztítsuk. A nyári időszakban a vastag smink viselése sem ajánlott. Válasszunk a bőrtípusnak és bőrszínnek megfelelő, vékonyan felvitt alapozót, vagy színezett, napvédő hatású nappali krémet, melyek biztosítják a bőr szabad légzését, de ugyanakkor nem tömítik el a pórusokat.

A Kisgegyed ott van a Facebookon is! [Klikkelj ide](#), és lájkolj minket a legérdekesebb hírekért és szerkesztőséggel kapcsolatos friss infókért!

Tetszik

Küldés

26 embernek tetszik.