



Karolina Bazela
dr n. biol. Centrum Naukowo-
Badawcze Dr Irena Eris

Powakacyjne SOS dla skóry

Lato za nami. Wracamy z wakacji nadszarpnięci energią, z piękną opalenizną. Co zrobić, by zachować złocistą skórę na dłużej?

Po pierwsze należy wykonać peeling twarzy i całego ciała, który złuszczy pogrubiałą w wyniku działania promieni słonecznych naskórek, przywróci skórze gładkość i ujednotoci jej koloryt. W przypadku skóry naczynkowej i bardzo wrażliwej lepiej działają peelings enzymatyczne - delikatnie złuszczone zrogowaciały naskórek. Przy cerach normalnych i przy skórze całego ciała nie

zaszkodzi, jeśli się trochę „pogimnastykujemy” i solidnie wetrzemy w skórę peeling ziarnisty. Dodatkowy masaż poprawi krążenie i odświeży karnację.

Po peelingu czas na nawilżanie, odżywianie i regenerację skóry. Słońce znacznie zmniejsza zawartość wody w skórze, skóra może stać się mniej sprężystą, suchą i szorstką, co sprawia, że zmarszczki są bardziej widoczne. Tu mamy do dyspozycji zarówno pielęgnację domową, jak i bogatą ofertę zabiegów w gabinetach kosmetycznych. Kosmetyki nawilżające pozwolą skórze

Chęciński

dr Jerzy Chęciński

Specjalista chirurgii plastycznej i estetycznej, wieloletnie doświadczenie kliniczne

Pełen zakres zabiegów z dziedziny chirurgii plastycznej,
nieoperacyjne zabiegi odmładzające

Nowość - Macrolane™

Nieoperacyjne powiększanie piersi

02-572 Warszawa, Kazimierzowska 43,
tel. 022 848 71 15, 0 602 29 73 12 kontakt@drchecinski.pl www.drchecinski.pl



uzyskać prawidłową wilgotność, balsamy o działaniu natłuszczającym i odżywcym przywrócą zachwianą równowagę lipidową, a te regenerujące odbudują uszkodzone włókna kolagenowe w głębokich warstwach skóry. Pamiętajmy jednak o systematycznej pielęgnacji skóry – troszczymy się o nią przez cały rok, a nie tylko po lecie...

Niestety nie każda z nas wraca z wakacji ze skórą muśniętą słońcem. Czasami przykrą pamiątką po słonecznych promieniach bywa mocno przesuszona skóra, przebarwienia czy trądzik. Słońce, a także wysoka temperatura, częste kąpiele w basenach z chlorowaną wodą powodują, że skóra może stać się szorstka, zaczerwieniona, a nawet łuszczyć się. Wtedy z pomocą przyjdą nam kosmetyki przeznaczone do pielęgnacji suchej skóry. Zawierają one tzw. emolienty, czyli nienasycone kwasy tłuszczowe, trójglicerydy, cholesterol, które przywrócą skórze prawidłową warstwę ochronną. Niezwykle istotne jest kilkukrotne natłuszczenie skóry w ciągu dnia, szczególnie po każdej kąpeli.

Bezmyślne korzystanie z dobrodziejstw słońca często kończy się na oparzeniu słonecznym. Pojawia się rumień, pieczenie i obrzęk skóry. Stosujemy wtedy babcine sposoby na ukojenie oparzonej skóry i... zapominamy o przykrym spotkaniu ze słońcem. Natomiast nasza skóra nie zapomina – skutkiem wielokrotnych oparzeń słonecznych są przebarwienia, zmiany naczyniowe, a nawet zmiany o charakterze nowotworowym. Badania naukowe dowiodły, że nadmierna ekspozycja skóry na promieniowanie ultrafioletowe wzmacnia ryzyko wystąpienia nowotworu skóry- czerniaka, jednego z naj-

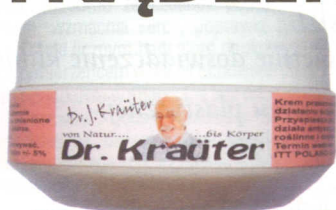
bardziej złośliwych nowotworów. Dlatego pamiętajmy, by po intensywnym opalaniu, a szczególnie jeśli przydarzyło się nam oparzenie słoneczne, skontrolować stan znamion u lekarza dermatologa.

Nasza skóra na spotkania ze słońcem może zareagować pojawieniem się przebarwień najczęściej na czole, policzkach i nosie. Jesień jest najlepszą porą roku by próbować pozbyć się tych szpecących i postarzających brązowych plam. Najlepsze efekty przynosi terapia skojarzona przy pomocy zabiegów kosmetycznych i dermatologicznych oraz pielęgnacji domowej. Do złuszczenia przebarwień dermatolodzy wykorzystują najczęściej peelingi chemiczne (np. kwas glikolowy czy migdałowy), czy nowoczesne lasery. W domu możemy pielęgnować skórę z przebarwieniami za pomocą specjalistycznych dermokosmetyków. Zawierają one innowacyjne składniki aktywne, które ingerują w skomplikowany proces powstawania barwnika w skórze. Kuracja wybielająca jest jednak długotrwała i nawet jeśli się powiedzie, skłonność do przebarwień pozostaje. Dlatego warto pamiętać o zabezpieczeniu skóry preparatami z filtrami przez cały rok.

Słońce może zaostrzyć objawy niektórych chorób skóry; dermatolodzy przestrzegają przed jego złudnym wpływem na skórę trądzikową. Pod wpływem słońca, po chwilowej poprawie stanu skóry, bardzo często dochodzi do nasilenia objawów trądziku. Dlatego też jesienią pojawia się wzmożony łojotok, zaskórniki i krostki. Leczenie tego typu zmian powinno być prowadzone pod kontrolą lekarza, który zaleci odpowiednie leki doustne oraz właściwe preparaty kosmetyczne.

O pozytywnym wpływie słońca na nasze zdrowie i urodę nikogo nie trzeba przekonywać. Słońce ma także drugą twarz. Jednak mając do dyspozycji wiedzę o działaniu niepożądanym promieniowania słonecznego możemy rozważnie korzystać z jego dobrodziejstw.

JEDYNY TAK SKUTECZNY* NA TRĄDZIK



www.VITALMARKET.pl
*97% skuteczność potwierdzona w teście konsumenckim na grupie 2000 osób