

Az őszi arcápolás arany szabályai

Ez az az időszak, mikor ruhatárunk mellett érdemes bőrápolási szokásainkon is változtatnunk. Az ősz a legtökéletesebb időszak a regenerálódásra, megújulásra az arcápolásban, ilyenkor ugyanis megjelenhetnek az UV sugarak káros következményei, apró ráncok és foltok formájában. Íme, a legfontosabb tudnivalók, mellyel a hűvösebb évszakban is ragyogó lehet bőrünk és új erőre kaphat!

A bőrdiagnosztika fontossága

A nyári napozások elmúltával mindenképpen érdemes ellátogatnunk egy személyre szabott, szakember által elvégzett teljes bőrdiagnosztikára, ahol nemcsak az esetleges problémákat és az azokra való megoldásokat lehet felszínre hozni, hanem bőrünk alapvető jellemzőivel is megismerkedhetünk.

Intenzív hidratálás

A hideg évszakban bőrünknek különösen nagy szüksége van a hidratálásra, ilyenkor ugyanis a hűvös, szeles idő könnyen kiszáríthatja. A legoptimálisabb, ha olyan arc- és testápolót választunk, amely vízmegkötő faktorokat, pl. hialuronsavat, gyümölcscukrokat, karotinoidokat és vitaminokat tartalmaz. Ezek azok az összetevők, melyek segítenek, hogy a bőr egészséges és rugalmas maradjon. Fontos, hogy megtaláljuk a bőrünk számára legmegfelelőbb hidratálót. A zsíros, normál vagy kombinált bőrre az olajmentes, gél alapú termékek ajánlottak, míg a száraz bőr sűrűbb állagú krémeket igényel.

Szabadulj meg a fakó bőrtől!

A novemberi időszak a professzionális hámlasztás számára kedvez. Ilyenkor a napsütés már nem olyan intenzív, az új bőr nem károsodik. Ez az eljárás segít fakó arc bőrünket új életre kelteni, valamint előkészíti a tápláló összetevők hatékonyabb felszívódását. A kémiai

hámlasztás azok számára lett kifejlesztve, akik szeretnék a finom ráncokon, pigmentfoltokon, hegeken javítani. Az eljárás a bőr felső rétegének eltávolításával kontrollált sebgyógyulást indít be, így megújulásra, regenerációra készíti a bőrt.

Ne feledkezz el a fényvédelemről!

Csak azért, mert éppen nem a strandon fekszünk, nem azt jelenti, hogy a fényvédőket eltehetjük az elkövetkezendő 6 hónapban. Habár a napsugárzás nem olyan intenzív, mint nyáron, a fényvédők napi használata továbbra is elengedhetetlen. Ilyenkor is figyelniük kell arra, hogy a nappali hidratáló krémünk tartalmazza UVA sugarakat szűrő fizikai fényvédőfaktorokat, hogy megóvjuk bőrünket a korai fényöregedéstől.

eredeti cikk: www.weborvos.hu