

# Kozmetikusunk tanácsai

## Téli bőrápolás

### VÉDŐPAJZS AKTÍVALVA!?

Mondhatnám, avagy kérdezhetném mindenkitől kivétel nélkül! Merthogy amikor írom ezt az anyagot, reggelente 0 fok környékén mozog a hőmérő higanyszála. Tehát TÉL van visszavonhatatlanul, ilyenkor a hideg a bőrünk alá hatol, s érezhetően összezavarja a bőr mikrokeringését, feszül, fázik, mindenki érzi: na most tenni kellene valamit! Erre persze, jobb előre tudatosan felkészülni, mint később kapkodni az otthon található kence-ficék között. Bőrtípusonként változik a készültség foka, hiszen különösen a vékony, száraz, érzékeny bőr reagál a hidegre hasonló gyorsasággal, mint a napfényre vagy a nem megfelelő kezelésre. Ez a bőrtípus igényli a legmagasabb készültségi fokot így december táján! De a téli hideg-meleg hőmérséklet ingadozásra egy vegyes, sőt a zsíros bőr is rosszul reagálhat.

**Tehát, figyelem!** Nem csupán egy egyszerű krémezésről van szó, – persze a helyes krém kiválasztása is nagyon fontos – hanem arról, hogy milyen szabályokat érdemes ilyenkor figyelembe venni.

- Részesítsük előnybe éjszakára a nagyon magas víztartalmú krémeket, (Anew Retroactive+ bőroregedést késleltető éjszakai krém, v. Solutions Hydrofirming éjszakai krém, v. Moisture 24 hidratáló krém, v. Avon Care Vitaminkóttél arckrém) párosítva olyan nappali krémmel amiben speciális szilikonolaj van, mert az filmrétegszerűen védi a napközbeni párolgástól (vízvesztéstől) a bőrt. (Avon Care Intenzív arckrém A és C vitaminnal, v. Solutions Accolade nappali krém)

**TIPP:** Használjuk a már bevált, megszokott nappali krémünket, s azért hogy ne fázzon meg a bőrünk, tegyük a tetejére az Avon Care Intenzív arckréméből, vagy extra száraz bőr esetén az Anew Beauty bőroregedést késleltető alapozóból, így olyan mintha, egy meleg sállal védenénk az arcbőrünket is.

- Száraz, érett bőr esetén nappali krémünk ápoló, jól felszívódó zsíryananyagokat is tartalmazzon. A szárazság kezelésére, a bőr lipidegének visszaállítására legalkalmasabbak azok a készítmények, amelyek természet azonos lipideket (zsírokat) tartalmaznak. (Anew Ultimate ránctalanító nappali lifting krém, v. Solutions Accolade nappali krém)
- Bőrtípusunknak megfelelően kiválasztott **alapozó** a hideg ellen védő funkciót is ellát, sőt még ápol is! Vegyes és zsíros bőrűek is éljenek ezzel a lehetőséggel.

- Heti egyszer-kétszer, gyengéd otthoni ápoló-simító pakolás avagy masszázs különösen ajánlott. (Száraz, és/vagy érett bőrre, az Anew Ultimate lifting arcpakolást ajánlom, mindenki másnak, a Hydra-Radiance vitaminbomba arcpakolást.)



- **Ampullák** vagy az ELIXÍR kúraszerű otthoni használatra, vagy elektro – kozmetikai kezeléssel egybekötve feltöltik, illetve szinten tartják a bőrt, még a legzordabb időjárás esetén is! (Solutions Accolade ampullák, Lív Fehér tea ampullák, Anew Ultimate Elixir)
- Ne feledkezzünk meg a szem és az ajak különlegesen vékony bőréről, amelyek speciális ápolást igényelnek. Különleges bánásmódban részesül a szem és a száj, ha a Clinical család lifting hatású szemhéjgéljét, és a kétfázisú ajakfeltöltő, ránctalanító ceruzát használjuk. Plusz az ajkainkat a Gazdagon hidratáló ajakbalzsammal védjük.
- Ha már megtörtént a baj, és kiszáradt a bőre valahol, akkor sincs akkora gond, mert erre az esetre ajánlom az Avon Care Nyugtató balzsamot száraz bőrre A és C vitaminnal. (Kézre, ajakra, könyökre.)
- Minden élvezeti cikket kerülni kellene (alkohol, nikotin, koffein), a szaunát és a szoláriumot pedig szakemberrel egyeztetve használni.
- Fordítsunk a táplálkozásunkra fokozott figyelmet! (Vitamindúsabbban étkezzünk.) Másfelől pedig figyeljünk a napi folyadék bevitelre, mert sok esetben azért szárad ki a bőr hamar, mert nem iszunk elegendő mennyiséget.



És most gondoskodjunk egy kicsit a testünkről is.

### Mit tehetünk, hogy télen se száradjon ki a bőrünk?

- Ne áztassuk testünket hosszú ideig meleg vízben, fürdés helyett inkább zuhanyozzunk a mindennapokon! A kényeztetés élményét hagyjuk meg a hétvégékre, akkor is egy finom aroma-olaj bódultságában.
- Ne használjunk erősen lúgos hatású szappanokat, a tusfürdőket részesítsük előnyben, és a bőr természetes zsírköpenyét nem károsító olajfürdőket!
- Előzzük meg a testbőr kiszáradását különböző testápolók használatával, egészen attól a perctől amikor nylon harisnyát húzunk a hideg ellen. (Skin So Soft Téli ápoló testápoló krém, v. Avon Care Vitaminkoktél testápoló.)
- Védjük, és hidratáljuk egyedülálló módon kézfejük érzékeny bőrét, ezért használjuk a Skin So Soft Téli ápoló kézlemosóját, és utána a Téli ápoló kézkrémet.

- Sielés, szánkózás, szabadban végzett tevékenység előtt kenjük be bőrünket vastagabban mint normál esetben! Télen se feledkezzünk el a fényvédelemről! A fehér hóról visszaverődő napfény, különösen magas hegyen még jobban károsítja a bőrt, elősegítheti a bőrrák keletkezését.

Üdvözzel:

Istenes Kati AVON mesterkozmetikus

