

Operacija Regeneracija: njega kože nakon ljeta

Nakon prekomjernog izlaganja suncu, koža i cijeli naš organizam željni su regeneracije. Koža je dehidrirana, pojačano pigmentirana, izgubila je vitamine i minerale i smanjila joj se elastičnost. Kako bismo koži vratili izgubljeni sjaj potrebno joj se temeljito posvetiti - najbolje rituale i nove proizvode za vas je odabrala naša beauty-stručnjakinja Mateja Jurgec

Pravilo broj 1 - dobar peeling

Najvažnije pravilo je napraviti temeljiti peeling lica i nahraniti kožu hranjivim i hidratantnim kremama i maskama kako bismo potaknuli njenu obnovu na prirodan način. Tretman počinjemo peelingom, a to je postupak ljuštenja površinskog, rožnatog sloja kože, nakupljenog sebuma i nečistoća u svrhu obnavljanja kože i poticanje rasta novih stanica. Peeling možete i sami napraviti kod kuće tako da u neko bazno ulje (npr. bademovo, maslinovo...) dodate sitnu morsku sol ili šećer. Smjesu laganim, kružnim pokretima utrljavajte u lice, zatim isperite mlakom vodom.

Zbog čega je peeling tako važan? Zbog toga jer odstranjuje sve ono što našoj koži više ne treba i što će na taj način brže odbaciti. Tako ćemo stvoriti idealne uvjete da sve one hranjive tvari iz maski, seruma i krema, prodru duboko u stanice i revitaliziraju naš ten koji je zbog morske vode, sunca i vjetra izgubio sjaj i tonus.

Ako niste raspoloženi za pripremanje home-made peelinga i volite kupljene proizvode, savjetujem Biotherm Biosource Exfoliating Gel, nježni peeling gelaste teksture koji svojim sitnim česticama odstranjuje nečistoće i mrtvu kožu, pojačavajući cirkulaciju i oslobađajući vitalnost kože lica.

Kada smo očistili lice od peelinga, potrebno je nanijeti losion pomoću kojeg ćemo potpuno očistiti nečistoću s kože i vratiti izgubljeni pH kože. Važno je da odaberete losion koji odgovara vašem tipu kože (suha, masna, mješovita) kako bi njega bila potpuno usklađena s potrebama kože.

Pravilo broj 2 - prava maska

Vrijeme je da nahranimo našu kožu, a to ćemo napraviti odgovarajućim maskama. To su kozmetički pripravci koji se koriste za hidrataciju ili vlaženje, hranjenje i omekšavanje kože, stezanje pora, poboljšanje cirkulacije i obnavljanje epiderme. Maske možemo podijeliti na:

Hidratantne - pogodne za sve tipove kože jer vraćaju vlažnost i elastičnost

Hranjive - vraćaju čvrstoću, elastičnost, vitalnost i osvježavaju. Sadrže vitamine, kolagen i elastin

Umirujuće - namijenjene nježnoj, osjetljivoj i oštećenoj koži. Vlaže, opuštaju, osvježavaju i smanjuju crvenilo

Maske za regeneraciju - učvršćuju, regeneriraju, vraćaju vitalnost i tonus kože

Vrijeme djelovanja maske je oko 20 min ili onoliko koliko je predvidio proizvođač.

Ako ste u žurbi, za učinkovitu regeneraciju savjetujem serume za lice - Avon Liiv Botanicals serum za obnovu kože ima biljne sastojke koji potiču regeneraciju površinskog sloja kože. (Cijena: 49 kn).

Pravilo broj 3 - idealna krema

Za kraj tretmana preostaje nam nanijeti kremu za lice a one se koriste u svrhu njege, zaštite i uljepšavanja kože. Najčešće ih dijelimo na dvije skupine:

Hidratantne- lagane kreme koje održavaju normalnu vlažnost kože

Hranjive - bogatije i masnije kreme koje sadrže visokokvalitetna ulja s ciljem da vrate čvrstoću i elastičnost kože

Za one koji tijekom i nakon ljeta žele prikriti nesavršenosti na koži, preporučam NIVEA Natural Beauty dnevnu kremu s proteinima kašmira i mlijekom manga. Ova lagana hidratantna krema koristi se za njegu lica, vrata i dekoltea, a izjednačuje sitne nepravilnosti na tenu s blagim naglašavanjem prirodne boje lica. Ten izgleda njegovano i prirodno ujednačeno bez pudera i "efekta maske". (Cijena: 66 kn).

Pravilo broj 4 - ne zaboravite oči

Dr.Hauschka oblozi za oči osvježavajući su i blagotvorni oblozi koji smiruju crvenilo očiju uzrokovano nadraživanjem iz okoline (npr. cvjetni pelud, sunce), kao i upaljene, natečene očne kapke (suzne vrećice), te jačaju opuštenu kožu oko očiju. Preporučuju se kod alergijskih reakcija te u početnoj fazi ječmenca. Ekstrakti vidca i komorača revitaliziraju područje oko očiju. (Cijena: 133 kn).

Ovakav cjelokupni tretman trebali biste ponavljati 2-3 puta mjesečno, dok kreme, dakako, možete (i morate) nanašati svaki dan.

www.matejajurjec.com