

## ΤΟ 1<sup>ο</sup> ΕΙΔΙΚΟ ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΤΟΥ f.daily

### Η περιποίηση του δέρματος μετά τον ήλιο

Οδηγίες για να διατηρηθεί υγιές μέχρι τα πρωτοβρόχια



Όσο αναγκαίο είναι ένα αντιηλιακό προϊόν για το δέρμα άλλο τόσο θα πρέπει να θεωρείται απαραίτητο και ένα ειδικό καλλυντικό για μετά την έκθεση στον ήλιο. Το δέρμα πραγματικά δοκιμάζεται κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού και για αυτό ευθύνεται κυρίως ο ήλιος αλλά και ο αέρας, το αλάτι της θάλασσας ή το χλώριο της πισίνας αλλά και η ξηρασία της ατμόσφαιρας.

#### Οδηγίες του φαρμακοποιού για μετά την έκθεση στον ήλιο

Πολύ σημαντική για την ευαίσθητη περιοχή του προσώπου αλλά και του σώματος είναι η διατήρηση της υγρασίας στο δέρμα. Η παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο έχει σαν αποτέλεσμα την αφυδάτωση η οποία πέραν της καθόλου ευχάριστης αίσθησης καύσου και τραβήγματος μπορεί να προκαλέσει και την εμφάνιση γραμμών έκφρασης και λεπτών ρυτίδων. Για να αποφευχθούν καταστάσεις όπως η αφυδάτωση του δέρματος ή το ξεφλούδισμα προτείνετε τις ακόλουθες χρήσιμες συμβουλές:

- 1. Απαραίτητο το ενυδατικό μπάνιο ή το ντους:** Πριν από την εφαρμογή οποιουδήποτε καλλυντικού θα πρέπει να απομακρυνθεί το αλάτι και τα υπολείμματα των αντιηλιακών από το σώμα. Τα εγκαύματα ή τα υπολείμματα αλατιού μετά το μπάνιο στη θάλασσα προκαλούν κοκκινίλες και ξεφλούδισμα (κυρίως σε ώμους και πλάτη που είναι τα πλέον εκτεθειμένα σημεία). Γι' αυτό, μετά από το τέλος της ημέρας το ντους είναι απαραίτητο όπως και ένα after sun προϊόν το οποίο έχει πιο εξειδικευμένη σύνθεση ώστε:
  - Να θωρακίσει την άμυνα της επιδερμίδας απέναντι στις ελεύθερες ρίζες και τη φθορά που προκαλεί ο ήλιος.
  - Να ενυδατώσει και να δροσίσει σε βάθος, ανακουφίζοντας την επιδερμίδα από την αίσθηση καψίματος. Όταν η επιδερμίδα έχει αρκετή υγρασία μειώνεται ο κίνδυνος του ξεφλούδισματος και το μαύρισμα διαρκεί περισσότερο.
- 2. Για την επιδερμίδα του προσώπου:** Το βράδυ, η ευαίσθητη επιδερμίδα του προσώπου χρειάζεται ιδιαίτερη φροντίδα. Τους καλοκαιρινούς μήνες καλό είναι να αντικατασταθεί η συνηθισμένη κρέμα νυκτός με ένα ειδικό προϊόν για μετά τον ήλιο, που θα προσφέρει τροφή, ενυδάτωση και ανάπλαση στα κύτταρα της επιδερμίδας.
- 3. Αφαίρεση των νεκρών κυττάρων:** Με τη συνεχή έκθεση στον ήλιο, το δέρμα μπορεί να αγριέψει ειδικά στα σημεία όπως οι αγκώνες, τα γόνατα και οι ωμοπλάτες. Θα πρέπει να τρίβονται ελαφρά αυτά τα σημεία με ένα τρίκινο γάντι ή με ένα ειδικό πιλινγκ για να αφαιρεθούν τα νεκρά κύτταρα.

**Η επιλογή του προϊόντος ενυδάτωσης:** • Αν το δέρμα είναι λιπαρό, δεν ενδείκνυνται οι κρέμες, αλλά πρέπει να προτιμώνται ενυδατικά τζελ και οροί που δεν αυξάνουν την έκκριση σμήγματος. • Αν το δέρμα είναι ξηρό, απαιτούνται ειδικά προϊόντα που μειώνουν την αποβολή νερού από το δέρμα.

**Βλάβη από τον ήλιο;**  
Ερυθρότητα, Κνησμός, Ξηρό δέρμα

**ALHYDRAN**

**Ισχυρή  
ενυδατική  
κρέμα**

που διεισδύει βαθιά  
μέσα στο δέρμα  
και το βελτιώνει  
ΕΚ ΤΩΝ ΞΕΣΩ



**Cortis**  
MEDICAL

[www.cortis.gr](http://www.cortis.gr)

Μακεδ/μάχου Πραντούνα 7  
115 25 Αθήνα  
Τηλ.: 216 8004 577  
Fax: 216 8009 699  
e-mail: [info@cortis.gr](mailto:info@cortis.gr)

### THANK YOU FARMER: ΝΕΑ ΕΠΟΧΗ ΣΤΗΝ ΑΝΤΗΛΙΑΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ



Τα THANK YOU FARMER, με φυσικές πρώτες ύλες και μοναδικές υφές σας συστήνουν τη νέα εποχή στα αντιηλια-

κά. Με φυσικά φίλτρα, χωρίς σιλίκονη, και απόλυτη αντιηλιακή προστασία η σειρά SUN PROJECT ήρθε για να αλλάξει τα δεδομένα στην προστασία του δέρματος. Το αντιηλιακό Sun Essence, με αντιγηραντικές ιδιότητες και ιδανικό για μικτή/λιπαρή επιδερμίδα είναι εξαιρετικά λεπτόρρευστο, περισσότερο κι από ένα serum. Το Water Cream με το σύμπλεγμα phyto-oligo από ασιατική αλθαία και αλόη ενυδατώνει και αφήνει αίσθηση δροσιάς μειώνοντας τη θερμοκρασία του δέρματος. Τα φυσικά τους φίλτρα δεν αφήνουν λευκό υπόλειμμα πάνω στο δέρμα. Η μοναδική αέρινη υφή τους άλλωστε κατέκτησε πολυάριθμα βραβεία ομορφιάς ανάμεσα σε δεκάδες άλλα αντιηλιακά. Εισάγονται από την ΚΩΣΤΑΣ Α. ΠΑΠΑΕΛΛΗΝΑΣ (ΕΛΛΑΣ) Α.Ε.Β.Ε.

Farmaceutici  
**Dr. Ciccarelli**  
dal 1821

# S.O.S<sup>®</sup>

## Για όλη την οικογένεια!

### ΚΡΕΜΑ ΑΜΕΣΗΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

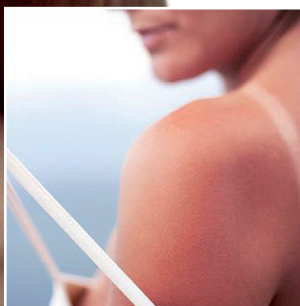
- ΤΣΙΜΠΗΜΑΤΑ ΕΝΤΟΜΩΝ
- ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ
- ΚΟΚΚΙΝΙΛΕΣ-ΕΡΕΘΙΣΜΟΙ

από ηλιακό εξάνθημα, αποτρίχωση, ξύρισμα κτλ.



ΜΟΝΟ ΣΤΑ  
ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

**ΧΩΡΙΣ PARABENS**



**Health Plus s.a.**  
PHARMACEUTICALS-COSMETICS  
Υγεία και Ομορφιά πάνε μαζί

**Αθήνα:** Λεωφόρος Αγίας Μαρίας 9, ΒΙ.ΠΕ. Κορωπίου, 19400, Κορωπί • τηλ.: 801.700.77.01 (αστική χρέωση), 210 9641162 • fax: 210.9600.954 • e-mail: info@health-plus.gr • web site: www.health-plus.gr

**Θεσσαλονίκη:** Μακρυγιάννη 42, 57001, Θέρμη • τηλ./fax: 2310.540575

**Αντιπρόσωπος Κύπρου:** IAMA Pharmaceuticals Ltd • τηλ.: 2520.9500

