

Βαθύς καθαρισμός και ενυδάτωση σε πρόσωπο και σώμα



H

ενυδάτωση του δέρματος αλλά και του οργανισμού σε συνδυασμό με το σωστό καθαρισμό αποτελούν την κορωνίδα της φροντίδας για όλους τους τύπους δέρματος και όλες τις ηλικίες, ιδιαίτερα ενόψει της ζέστης και της έκθεσης στον ήλιο.

Τα μωρά, οι έφηβοι, οι γυναίκες και οι άνδρες έχουν ξεχωριστές και ιδιαίτερες ανάγκες περιποίησης που ο φαρμακοποιός θα πρέπει να αναγνωρίζει και ανάλογα να προτείνει τα κατάλληλα ενυδατικά και καθαριστικά προϊόντα που θα προστατεύουν το δέρμα σε πρόσωπο και σώμα.

Λίγο πριν από το καλοκαίρι, το αφιέρωμα του f.daily δίνει πληροφορίες για όλα όσα είναι χρήσιμο να γνωρίζει ο φαρμακοποιός σχετικά με τον καθαρισμό και την ενυδάτωση αλλά και με τα προϊόντα που ενυδατώνουν τον οργανισμό και θωρακίζουν την υγρασία κάτω από το δέρμα.

Η σημερινή ύλη του αφιερώματος καλύπτει τις ανάγκες του λιπαρού, του μεικτού, του ξηρού αλλά και του κανονικού δέρματος. Πώς αναγνωρίζουμε τους τύπους του δέρματος και ποιες είναι οι κατάλληλες συμβουλές για την περιποίησή τους; Ειδικά για το ξηρό δέρμα ποια είναι τα ιδανικά συστατικά των καλλυντικών που θα προτείνετε στους πελάτες σας; Επίσης γίνεται αναφορά και στη φροντίδα των μαλλιών, τα οποία επίσης έχουν διαφορετικές ανάγκες ανάλογα με τον τύπο και την υφή τους.

Καθαρισμός και ενυδάτωση των μαλλιών

Όπως η επιδερμίδα του προσώπου και του σώματος, έτσι και τα μαλλιά έχουν ανάγκη τον επιμελή καθαρισμό και τη βαθιά ενυδάτωση, καθώς οι περιβαλλοντικές συνθήκες, οι ορμονικές διαταραχές, η διατροφή αλλά και η φυσική διαδικασία γήρανσης τα επηρεάζουν και τα ταλαιπωρούν.

Τα προϊόντα που θα επιλεγθούν για τη φροντίδα των μαλλιών πρέπει να είναι ειδικά για τον τύπο τους (ξηρά, λιπαρά κ.λπ.) αλλά και για την υφή της τρίχας. Τα λεπτά μαλλιά έχουν ανάγκη ελαφριά καθαριστικά προϊόντα, πλούσια σε πρωτεΐνες, ενώ τα πιο πλούσια μαλλιά απαιτούν ενυδατικούς και μαλακτικούς παράγοντες. Η ενυδάτωση δε των μαλλιών είναι εξίσου απαραίτητη για τη θρέψη και τη λείανση της τρίχας. Πέρα από τις μαλακτικές κρέμες που εφαρμόζονται στις άκρες των μαλλιών μετά το λούσιμο, προτείνονται επίσης ειδικό οροί, έλαια και μάσκες που επανορθώνουν τη φθορά και την ξηρότητα και προσδίδουν λάμψη.

ΔΑΦΝΕΛΑΙΟ: ΤΟ ΦΥΣΙΚΟ ΕΛΙΞΗΡΙΟ ΤΩΝ ΜΑΛΛΙΩΝ

Το **Δαφνέλαιο** της Ecofarm είναι ένα φυσικό προϊόν με πολλές ευεργετικές ιδιότητες για τα μαλλιά και το δέρμα, καθώς είναι πολύ θρεπτικό, προσφέροντας μαλακτικές, καταπραϊντικές και ενυδατικές δράσεις.

Το **Δαφνέλαιο** περιποιείται φυσικά και τονώνει τα μαλλιά και τις βλεφαρίδες, συνδυάζοντας τα πολύτιμα συστατικά των φύλλων της δάφνης με τα έλαια αμυγδάλου και ηλιάνθου, πλούσια σε λιπαρά οξέα και πρωτεΐνες. Ο συνδυασμός αυτός δημιουργεί ένα έλαιο που τρέφει σε βάθος την τρίχα, την αναδομεί και της χαρίζει μοναδική λάμψη.

Η εισχώρηση του **Δαφνέλαιου** στα λέπια και στο θύλακα της τρίχας τρέφει τα μαλλιά σε βάθος και τα δυναμώνει. Περιέχει αντιοξειδωτικά, λιπαρά οξέα και βιταμίνη Α & Ε, γεγονός που το κάνει ιδανικό για την ενυδάτωση, ενδυνάμωση και λάμψη της τρίχας, ενώ αντιμετωπίζει την τριχόπτωση και την ψαλίδα, καθώς ενεργοποιεί τους μηχανισμούς ανανέωσης των μαλλιών.

Η αντιοξειδωτική του ιδιότητα επίσης καταστειλεί και καταπολεμά τη δράση των μικροοργανισμών που βλάπτουν την επιδερμίδα και το τριχωτό της κεφαλής.



EXTRA TIP:

Προτείνετε στους πελάτες σας να εφαρμόζουν 1 φορά την εβδομάδα μια ΜΑΣΚΑ ΜΕ ΔΑΦΝΕΛΑΙΟ, ώστε να ενυδατώσουν σε βάθος τα μαλλιά τους και να τα μακρύνουν γρηγορότερα. Πώς;

- να απλώνουν το δαφνέλαιο στα μαλλιά από τις ρίζες ως τις άκρες
- μετά να εφαρμόζουν μια ζεστή πετσέτα και να αφήνουν το προϊόν να δράσει για τουλάχιστον 1 ώρα
- στη συνέχεια και πριν βρέξουν τα μαλλιά τους, να εφαρμόζουν μια ποσότητα σαμπουάν και να κάνουν ελαφρύ μασάζ για 1-2 λεπτά
- τέλος να ξεπλένουν με άφθονο νερό.

Οι πλούσιες θρεπτικές και ενυδατικές ιδιότητες του Δαφνέλαιου κάνουν τα μαλλιά ευκολοχτένιστα, οπότε δεν χρειάζεται να εφαρμόσουν μαλακτική κρέμα.



CAPSICUM FORTE GEL / ΑΠΟ ΤΗΝ ECOFARM A.E.

Θερμαντικό τζελ με εκχύλισμα κόκκινης πιπεριάς

Η Ecofarm A.E. παρουσιάζει το νέο προϊόν παραγωγής της, το θερμαντικό τζελ Capsicum Forte Gel, με εκχύλισμα κόκκινης πιπεριάς. Απορροφάται άμεσα χωρίς να αφήνει ίχνη λιπαρότητας, προσφέρει άμεση ανακούφιση χάρη στο συνδυασμό δραστικών ουσιών που περιέχει, ενώ ταυτόχρονα έχει διακριτικό άρωμα που υποχωρεί άμεσα. Είναι κατάλληλο για κουρασμένα άκρα (χέρια, πόδια), πιασμένα σημεία σώματος και εφαρμόζεται σε μέση, αυχένα, γόνατα και αγκώνες. Είναι ιδανικό για: αθλητές, ηλικιωμένους με πόνους σε μυς και αρθρώσεις, μετά από έντονη σωματική άσκηση ή σωματική κόπωση και σε πόνους από κακή στάση σώματος. Διατίθεται αποκλειστικά στα φαρμακεία με εκθέτη πάγκου και δείγματα για τον καταναλωτή.





Προϊόντα υγείας
για όλη την οικογένεια



Δαφνέλαιο



Το φυσικό ελιξήριο των μαλλιών



12° χλμ. Ε.Ο.Α.Λ. 14451 Μεταμόρφωση • 210 3423020 • info@ecofarm.gr



ecofarm.gr



Η λιπαρή επιδερμίδα και η ιδανική περιποίηση

Το λιπαρό δέρμα χαρακτηρίζεται από γυαλιστερή επιδερμίδα, πολύ μεγάλους και εμφανείς πόρους, οι οποίοι μπορεί να είναι και φραγμένοι, πάχυνση του δέρματος και επίμονα σπυράκια. Η λιπαρότητα προκαλείται όταν οι σμηγματογόνοι αδένες παράγουν πολύ σμήγμα, την κηρώδη ουσία που προστατεύει και ενυδατώνει το δέρμα. Η ορθή φροντίδα του λιπαρού δέρματος απαιτεί καθημερινή ενασχόληση με ειδικά καλλυντικά προϊόντα.

Η ιδανική φροντίδα του λιπαρού δέρματος

Η περιποίηση του προσώπου και του σώματος με λιπαρότητα μπορεί να ταξινομηθεί σε 3 βήματα - συμβουλές:

1. Τακτικός καθαρισμός: Ο καθημερινός καθαρισμός μπορεί να μειώσει το περιττό σμήγμα, εφόσον αυτός γίνεται με απαλά καθαριστικά προϊόντα που ξεπλένονται με νερό. Καλό είναι να αποφεύγονται τα σαπούνια με αρώματα, προστιθέμενες ενυδατικές ουσίες ή σκληρά χημικά, τα οποία μπορεί να ερεθίσουν και να προκαλέσουν ξηρότητα, γεγονός που θα οδηγήσει στην παραγωγή περισσότερου σμήγματος.

TIP: Συστήστε την αποφυγή της τριβής με σκληρές πετσέτες. Το σκούπισμα πρέπει να γίνεται ταμποναριστά για να αποφεύγονται ερεθισμοί.

2. Τονωτική λοσιόν: Η λοσιόν μετά την εφαρμογή του καθαριστικού προϊόντος είναι απαραίτητη, καθώς απομακρύνει υπολείμματα του σαπουνιού ή του γαλακτώματος που θα μπορούσαν να φράξουν περισσότερο τους πόρους του δέρματος. Επιπλέον οι λοσιόν ομαλοποιούν τους πόρους και βελτιώνουν την υφή της επιδερμίδας.

TIP: Επειδή κάθε δέρμα είναι διαφορετικό, διασφαλίστε ότι τα προϊόντα είναι καλά ανεκτά, συνιστώντας την πρώτη φορά να εφαρμόζονται σε μια μικρή περιοχή του δέρματος.

3. Ενυδάτωση: Συστήστε ενυδατικές κρέμες ειδικές για το λιπαρό δέρμα, οι οποίες θα έχουν ως βάση το νερό και όχι το λάδι, ώστε να ενυδατώσουν, αφήνοντας το δέρμα ματ, χωρίς γυαλάδα και λιπαρότητα.

TIP: Συστήστε επίσης ειδικές μάσκες προσώπου για περιστασιακή χρήση. Τα προϊόντα αυτά περιέχουν στη σύνθεσή τους συνήθως: άργιλο που απορροφά τη λιπαρότητα, μειώνει τη στιλπνότητα και τα επίπεδα του σμήγματος χωρίς να ερεθίζει, μέλι ή προϊόντα μελιού που έχουν αντιβακτηριακές και αντισηπτικές ιδιότητες αλλά και η βρώμη ή η αλόη με αντιοξειδωτικές και αντιφλεγμονώδεις δράσεις.

ΤΟ ΜΕΙΚΤΟ ΔΕΡΜΑ

Το μεικτό δέρμα είναι ο πιο συνηθισμένος τύπος δέρματος στις γυναίκες, με τη φροντίδα του όμως να αποτελεί πρόκληση. Σε αυτόν τον τύπο δέρματος, η ζώνη T του προσώπου (μέτωπο, μύτη, πηγούνι) εμφανίζει λιπαρότητα και σμηγματόρροια, ενώ οι υπόλοιπες περιοχές είναι είτε κανονικές είτε ξηρές και απαιτούν βαθιά ενυδάτωση.

Η καλύτερη συμβουλή είναι να συστήσετε διαφορετικά προϊόντα για κάθε περιοχή του προσώπου, που θα ανταποκρίνονται ακριβώς στις ανάγκες της επιδερμίδας.

Ωστόσο στην αγορά κυκλοφορούν και προϊόντα που απευθύνονται σε ακριβώς αυτόν τον τύπο του δέρματος, ρυθμίζοντας την παραγωγή σμήγματος και παράλληλα ενυδατώνοντας βαθιά, αφήνοντας ένα ματ και απαλό αποτέλεσμα στην επιδερμίδα. Αυτά τα προϊόντα συνήθως περιέχουν συνδυασμό συστατικών που απομακρύνουν τη γυαλάδα (π.χ. σαλικυλικά) και ενυδατώνουν βαθιά χωρίς να είναι λιπαρά (υαλουρονικό οξύ, γλυκερίνη).



Καθαρισμός και ενυδάτωση στο ξηρό δέρμα

Η ξηρότητα στην επιδερμίδα προκαλείται από τη φθορά της ασπίδας προστασίας του δέρματος, δηλαδή των λιπιδίων και των πρωτεϊνών που σε φυσιολογικές συνθήκες συγκρατούν το νερό και την υγρασία μέσα στο δέρμα. Η ξηρότητα εμφανίζεται με τραχύτητα στην αφή, θαμπή όψη, ερυθρότητα, κνησμό και λεπιδώδης εμφάνιση.

Τι προκαλεί την ξηρότητα

Ορισμένες πιθανές αιτίες του ξηρού ή αφυδατωμένου δέρματος στο πρόσωπο είναι:

- κρύος καιρός και ξηρός αέρας
- έκθεση σε σκληρές χημικές ουσίες των καλλυντικών και καθαριστικών προϊόντων
- υπερβολική πλύση
- μη ισορροπημένο pH του δέρματος
- δερματικές παθήσεις, όπως ατοπική και σμηγματορροϊκή δερματίτιδα και ψωρίαση
- συστηματικές παθήσεις όπως ο διαβήτης και ο υποθυρεοειδισμός
- κάπνισμα
- μακρά έκθεση σε άμεσο ηλιακό φως.

Η ξηροδερμία θεραπεύεται με διάφορες μεθόδους και η καλύτερη επιλογή εξαρτάται από την αιτία και τη σοβαρότητά του. Οι φαρμακοποιοί πάντως μπορούν να δώσουν τις ακόλουθες γενικές συμβουλές που ισχύουν και για το πρόσωπο και για το σώμα:

1. Να χρησιμοποιούνται απαλά καθαριστικά προϊόντα: Τα σαπούνια που περιέχουν αρώματα, χρώματα, αλκοόλη και άλλα χημικά (SLS, παραφινέλαια, parabens, DEA, MEA, TEA) μπορούν να ερεθίσουν και να ξηράνουν το δέρμα. Είναι γενικά καλύτερα να προτείνετε προϊόντα με ήπια συστατικά και πάντα να συμβουλευέτε τους πελάτες σας με ξηρό δέρμα ότι το πλύσιμο του προσώπου και του σώματος πρέπει να γίνεται με κλιαρό νερό και το μπάνιο/ντους να μην ξεπερνάει τα 5-10 λεπτά.

2. Η απολέπιση να γίνεται με πολλή προσοχή: Η απολέπιση βοηθά στην απομάκρυνση των νεκρών κυττάρων του δέρματος, συμβάλλει στον περιορισμό των ξηρών περιοχών και βελτιώνει σημαντικά την υφή του δέρματος, αφήνοντάς τη λεία και απαλή. Ο φαρμακοποιός μπορεί να προτείνει scrubs ειδικά σχεδιασμένα για το ξηρό δέρμα, συνιστώντας να εφαρμόζονται 1-2 φορές την εβδομάδα με πολύ απαλές κινήσεις για να μην προκαλέσουν ερεθισμούς.

3. Να ενυδατώνουν το δέρμα: Οι ενυδατικές κρέμες και τα γαλακτώματα βελτιώνουν τη φυσική λειτουργία του φραγμού του δέρματος και προάγουν τη συγκράτηση του νερού μέσα στην επιδερμίδα. Στο πρόσωπο συνιστάται η ενυδάτωσή του 2 φορές την ημέρα, πρωί και βράδυ, ενώ στο σώμα πάντα μετά το μπάνιο και την απολέπιση. Για καλύτερα αποτελέσματα συνιστάται επίσης και η εφαρμογή μάσκας για βαθιά ενυδάτωση 2-3 φορές την εβδομάδα.



ΕΥΕΡΓΕΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΓΙΑ ΤΟ ΞΗΡΟ ΔΕΡΜΑ:

- **Ενυδατικά συστατικά που συγκρατούν την υγρασία:** υαλουρονικό οξύ, γλυκερίνη, ουρία, πανθενόλη, γαλακτικό οξύ, κεραμίδια, αλόη.
- **Μαλακτικοί παράγοντες που δημιουργούν προστατευτικό φραγμό στην επιδερμίδα:** shea butter, μελισσοκέρι, λανολίνη, καστορέλαιο και φυτικά έλαια (jojoba, ελαιόλαδο, έλαιο καρύδας, αμυγδαλέλαιο).
- **Αντιοξειδωτικά συστατικά κατά των ελεύθερων ριζών:** ρεσβερατρόλη, βιταμίνες A, C, E, συνένζυμο Q10, φλαβονοειδή, πολυφαινόλες.
- **Υδροξυοξέα (AHA) που απομακρύνουν τα νεκρά κύτταρα:** γλυκολικό, γαλακτικό, μαλικό, κιτρικό, ταρταρικό οξύ.

ΟΙ ΑΝΑΓΚΕΣ ΤΟΥ ΚΑΝΟΝΙΚΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Το κανονικό δέρμα δεν εμφανίζει ούτε λιπαρότητα ούτε ξηρότητα, είναι λείο, απαλό και λαμπερό. Προκειμένου όμως να διατηρήσει αυτήν την εικόνα και να αποφευχθούν όσο το δυνατόν περισσότερο τα σημάδια γήρανσης, το κανονικό δέρμα απαιτεί τακτική περιποίηση με επιμελή καθαρισμό και επαρκή ενυδάτωση.

Ο φαρμακοποιός πρέπει να προτείνει υψηλής ποιότητας καλλυντικά προϊόντα αλλά και να δώσει τις απαραίτητες συμβουλές για:

- αποτελεσματικό καθαρισμό
- επαρκή ενυδάτωση με προϊόντα που περιέχουν ενυδατικούς και αντιοξειδωτικούς παράγοντες
- αποφυγή έκθεσης στον ήλιο και χρήση αντιηλιακού χειμώνα-καλοκαίρι.