

Zadbaj o siebie już teraz - przygotuj się na nadchodzącą wiosnę!

Zima to czas kiedy nasze włosy i skóra, bardziej niż zwykle, narażone są na negatywne oddziaływanie warunków pogodowych. Dlatego też, szczególnie o tej porze roku powinniśmy zadbać o ich kondycję. Odpowiednia profilaktyka, dieta i stosowanie specjalistycznych preparatów może uchronić nas przed przykrymi konsekwencjami mrozu.

Włosy - działaj profilaktycznie, a unikniesz przykrych konsekwencji

Przetłuszczone, naelektryzowane czy nadmiernie wypadające - to tylko część przykrych zimowych konsekwencji, jakie mogą przydarzyć się naszym włosom. Mroźne dni wystawiają je na ciężką próbę.

W związku ze zmianami związanymi z charakterem ubioru ochraniającego zimą głowę przed nadmierną utratą ciepła, obserwujemy w tym okresie zwiększony łojotok. Konsekwencją nadmiernego przetłuszczania się skóry głowy i włosów jest często zamiana typu szamponu na taki do mycia włosów tłustych, który mając zwiększoną ilość detergentów i SLS-u, działa podrażniająco i wysuszająco na skórę owłosioną. W rezultacie łodygi włosów pozbawione naturalnego sebum stają się suche i zwiększa się ich podatność na wpływ dodatnich ładunków energetycznych z włókien sztucznych materiałów np. czapek. Same będąc naładowane dodatnio w charakterystyczny sposób unoszą się - „elektryzują”, odpychając identyczny ładunek - komentuje dr Anita Tarajkowska - Olejnik, specjalista dermatolog. Na mrozie i zimnym wietrze, przy małej wilgotności powietrza, włosy wysuszają się, rozdławiają i łamią na cienkich końcach pozbawionych osłonki. Gdy nieosłonięta skóra owłosiona głowy zbyt często i długo narażona jest na mróz, zmniejsza się poprzez skurcz naczyń włosowatych ukrwienie mieszków i w konsekwencji może to doprowadzić na nadmiernego wypadania włosów, jednak dopiero po pewnym czasie - dodaje.

Skąd taki opóźniony efekt? Umierający włos nie wypada od razu, a proces ten może trwać nawet parę tygodni.

Rzęsy - nie zaniedbuj ich, one też potrzebują wsparcia

Oprócz niewątpliwie istotnej roli w kształtowaniu kobiecej urody, rzęsy pełnią także inną, bardzo ważną funkcję. Chronią oczy przed kurzem i zanieczyszczeniami, nie dopuszczając do ich zakażenia. Podobnie jak włosy na głowie - rzęsy również są wrażliwe na nadmierną ekspozycję na mróz. Efektem może być ich utrata w zmożonej niż zwykle liczbie (za standard przyjmuje się wypadanie 1-2 rzęs dziennie). Warto także dodać, że częstą przyczyną wypadania rzęs jest ich niewłaściwa pielęgnacja - np. nieodpowiedni demakijaż oczu czy jego niewykonywanie, stosowanie szkodliwych zabiegów kosmetycznych - np. przedłużanie rzęs bądź nieumiejętne i częste stosowanie zalotki. Niezależnie od tego, co jest powodem nadmiernej utraty, powinniśmy zastosować odpowiednie preparaty, np. odżywki, a także udać się do lekarza dermatologa, który zaleci odpowiednie leczenie. Warto także pamiętać o odpowiednio zrównoważonej diecie, bogatej w różnorodne składniki odżywcze.

Skóra - zniweluj pierwsze objawy mroźnych dni

Zima jest także szczególnie trudnym okresem dla skóry twarzy. Mróz i silny wiatr nie sprzyjają zachowaniu zdrowego wyglądu. Największych problemów doświadczają zwłaszcza te osoby, które z natury mają suchą skórę. Zimą w naszym naskórku znacząco zmniejsza się ilość ceramidów, cholesterolu czy kwasów tłuszczowych, przez co bariera ochronna skóry zostaje zaburzona. Staje się ona przesuszona, co z kolei wpływa na jej podrażnienia.

Bardzo często przesuszenie skóry jest objawem przejściowym, ale zimą ten stan trwa niekiedy kilka miesięcy. Jako, że jesteśmy stałocieplni i nasze 36,6 st. C jest znacząco wyższą temperaturą niż otoczenie, stale następuje parowanie wody przez naskórek i odwadnianie skóry właściwej. Rumiane policzki zimą, z poszerzoną siecią naczyń włosowatych, jeśli nie są posmarowane natłuszczającym kremem ochronnym, są narażone na nadmierne wysuszenie, szorstkość i chropowatość w dotyku. Taka skóra daje wrażenie ściągniętej, niekiedy piekącej, dodatkowo nadwrażliwej na niektóre zbyt odtłuszczające, pozbawiające naturalnego filmu środki myjące i pielęgnacyjne - dodaje dr Tarajkowska - Olejnik.

W tym szczególnym okresie roku należy pamiętać o kilku czynnikach, które mają znaczący wpływ na jej wygląd. Wśród nich bardzo ważna jest dieta (bogata w tłuszcze, witaminę C, A i E), picie wody (minimum 1,5l dziennie) czy stosowanie kremów ochronnych. Niezwykle ważne jest, aby odpowiednio i kompleksowo dbać o skórę zimą - dzięki temu będzie wyglądać zdrowo - niezależnie od pory roku.

Molekuła Regen7 - jedna substancja, wiele zastosowań

Od pewnego czasu na rynku dostępne są produkty zawierające substancję czynną o nazwie Molekuła Regen7. To odkrycie polskich naukowców z Łodzi znalazło swoje zastosowanie w specjalistycznych preparatach dermokosmetycznych, przeznaczonych zarówno do pielęgnacji skóry problemowej jak i włosów, rzęs i brwi, borykających się z problemem nadmiernego wypadania.

Molekuła Regen7 to unikalna substancja czynna o potwierdzonym w badaniach aplikacyjnych działaniu chroniącym przed powstawaniem podrażnień i korzystnie wpływająca na naskórek. Dzięki swoim właściwościom działa regenerująco, utrzymując skórę w dobrej kondycji. Ponadto, substancja poprawia mikrokrążenie skóry i wzmacnia mieszek włosowy, przez co wpływa także na jego odżywienie. Molekuła Regen7 reguluje także pracę gruczołów łojowych. Dzięki tym wszystkim właściwościami, znalazła tak wszechstronne zastosowanie w produktach dermokosmetycznych.

O kampanii

Kampania „Moja REGENeracja” jest ogólnopolską kampanią edukacyjną, mającą na celu szerzenie wiedzy na temat prewencji w zakresie nadmiernego wypadania włosów, ochrony skóry i odpowiedniej profilaktyki zdrowotnej. Założeniem kampanii jest kompleksowe podejście do tematu, obejmujące kwestie medyczne, psychologiczne i estetyczne. Działania kampanii merytorycznie wspierają eksperci: dr Anita Tarajkowska - Olejnik, Anna Mackojć, Lidia Flis i Wojciech Stasiak. Organizatorem kampanii „Moja REGENeracja” jest Pharmena SA, producent dermokosmetyków linii Dermena.