Пролонгирајте го сексипилот што го стекнавте на одмор!

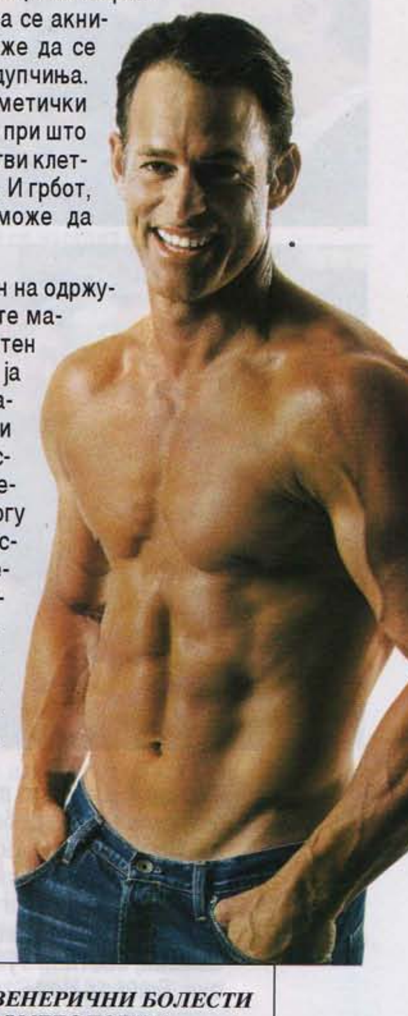
Се вративте од одмор со убав тен, затегната кожа и поцврсти мускули. Но, мислите ли дека е тоа доволно вашиот допир да стане сензуален?

Сонцето е здраво. Ни дава живот, но истовремено може да нанесе и многу штета посебно ако сте биле неподготвен и премногу изложен на него. Освен што ја зголемува продукцијата на меланин (што доведува до потемнување на кожата) има и други влијанија. Под дејство на сончевите зраци се задебелува рожнатиот слој на клетките кој дерматолозите го нарекуваат "фотокалус" и затоа кожата на допир станува погруба, сува и дехидрирана.

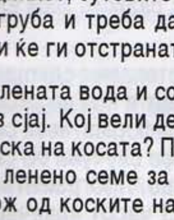
Што треба да преземете како итна помош? Многу често и побогато нанесување на хидрантно млеко за тело збогатено со витамин Е, што ќе ја врати мекоста на кожата, лупењето ќе го направи понезабележително, а темниот тен ќе потрае подолго. Лактите, петиците и сите други места со погруба кожа треба да се премачкаат со специјална пилинг крема. Може и од вашиот дерматолог да побарате да ви препише салицилна маст со концентрација токму каква што вам ви одговара, која ќе ги омекне критичните места. "Гускината кожа" (цутис ансерина), која е најизразена на задникот, бутовите и надлактиците исто така станува погруба и треба да се третира со соодветни креми кои ќе ги отстранат испакнатите груби точки.

Солената вода и сонцето ја прават косата покрута и без сјај. Кој вели дека само жените треба да ставаат маска на косата? По миењето нанесете маска богата со ленено семе за рехидрација на влакното, или со "срж од коските на бафало" за враќање на еластичноста и цврстината на влакното.

Наталожените керетински мртви клетки на лицето во прв момент прават тоа да изгледа влажно. Но, веќе во септември се гледа првата штета од сончањето. Тој задебелен слој не дозволува нормално излачување на лојот во надворешната средина и таа заостанува во каналчињата на лојните жлезди. Каналчињата се шират и преполнуваат со мешавина од себум и керетиноцити, а тоа се митесерите и комедоните. Нашиот организам ги третира како туѓи тела и на тие места се собираат леукоцити – бели крвни клетки кои се задолжени за одбрана на организмот. При распаѓањето на леукоцитите настануваат знаци на инфламација - црвенило и гноење. Тоа се акните. По некое време акните може да се претворат во темни флеки или дупчиња. Затоа, итно направете козметички третман за "чистење" на лицето при што ќе го отстраните вишокот на мртви клетки и ќе ги извадите комедоните. И грбот, рамениците и надлактиците може да страдаат од истиот проблем.



Освен овој елементарен третман на одржување на хигиената, повозрасните мажи треба да направат и збогатен третман. Со годините кожата ја губи еластичноста поради намалена продукција на колаген и страдање од надворешните атмосферски влијанија. Затоа, при секој годишен одмор сонцето многу лесно ги продлабочува веќе постоечките брчки и создава по некоја нова. Во обогатениот третман спаѓа нанесувањето на специјална хидрогел маска за враќање на влажноста и Q10 маски за ублажување на брчките. Рачната масажа со етерични масла го поправа тонусот на кожата на лицето и го поодбрува и расположението. Расположениот човек е убав човек. А тоа е секси!



Др. Светлана Костиќ Петрушевска
специјалист дерматолог-венеролог

ОРДИНАЦИЈА ЗА КОЖНО-ВЕНЕРИЧНИ БОЛЕСТИ И МЕДИЦИНСКА КОЗМЕТОЛОГИЈА
"Д-р. СВЕТЛАНА"
- спец.дерматовенеролог -
Скопје 02/3120-207