

Njega kože u zimskom periodu

Napisao □ Prof. dr Bogdan Zrnić, spec. dermatovenerolog
subota, 23 januar 2010 15:21



Hladno vrijeme, u bilo kom vremenskom periodu ima svoje dejstvo kako na kožu tako na cijeli organizam u cjelini. Na niskim temperaturama dolazi do skupljanja krvnih sudova, što izaziva snižavanje lokalne temperature u pojedinim dijelovima tijela (lice, ruke, stopala). Na tim mjestima smanjena je cirkulacija, koža postaje lividno crvene boje, ili je blijeda uslad anemizacije.

Smanjenjem cirkulacije smanjen je dotok hranljivih materija u površne slojeve kože. Sledstveno tome, koža postaje suha, izražen je svrab, ljuštenje i stvaranje bora, ako govorimo o licu.

Zato je tokom hladnog perioda pravilno utopljavati tijelo, otkrivene dijelove čuvati raznom vrtama šalova i rukavica.

Na lice je nakon temeljnog umivanja, da se odstrane sve nečistoće, potrebno nanositi hidratantne kreme sa dosta kolagena i vitamina, da se koža rehidrira, u devitalizira. Ruke nakon pranja, svaki put treba namazati hranljivim kremama sa neutralnim komponentama, koje koži vraćaju vlažnost, i smanjuju isušivanje, naročito kože dlanova i tabana, da se spriječi keratoza.

Prije nanošenja šminke, tokom jeseni i zime potrebno je umivanje toplom vodom, da se odstrane keratotične ćelije. A nakon toga na kožu nanositi hranljive kreme bez parfemski komponenti, a nakon toga se pristupa nanošanju šminke koje ne smije biti "prejeka" da koža može normalno da diće.

Ukoliko se ne mogu priuštiti tretmani da ne dodje do isušenja kože, uzimaju se hidratantne krema sa vitaminima i eucerinskom komponentom jer je on najneutralniji i daje najmanje neželjeni efekata ako se kombinuje sa šminkom.

Njega kože u zimskom periodu

Napisao □ Prof. dr Bogdan Zrnić, spec. dermatovenerolog
subota, 23 januar 2010 15:21

Treba napomenutida svaki čovjek kako god ima na jagodicama prsta samo sebi svojstven crtež, tako isto postoji i specifičnost ,ne samo kože nego i cijelog organizma u cjelini, sa svako osobu ponaosob.