

ДРУГ ИЛИ ВРАГ?

рили, солнечные лучи способны при неправильном и неумеренном «потреблении» нанести немалый вред. Причем ожог и некрасивая облезлость самых пикантных мест нашего обгорелого тела – это еще меньшее из бед. Есть еще ультрафиолетовые лучи, которых мы практически не ощущаем и поэтому беспечно игнорируем. А ведь именно они основная причина повреждения глубо-

ких слоев эпидермиса, что приводит к преждевременному старению кожи. Итог – морщины, пигментные пятна, шелушение и испорченное на весь отпуск настроение. Причем свою порцию ультрафиолета мы получаем ежедневно – даже в самой средней полосе России и даже при закрытом облаками небе.

Алена ПРИГОЖИНА.

ОПРЕДЕЛИТЕ СВОЙ ТИП КОЖИ

Как же быть? Ведь хочется и загореть, и не обгореть... Предлагаем вам воспользоваться методом доктора Томаса Фицпатрика для определения вашего типа кожи, иначе – фототипа, который определяется активностью меланоцитов. Меланоциты – это клетки кожи, ответственные за синтез меланина – пигмента, защищающего кожу от солнечных ожогов и придающего загорелой коже бронзовый цвет. И тогда вашему загару будут искренне завидовать!

Шкала Фицпатрика предусматривает шесть фототипов. Последние два мы рассматривать не будем, так как их представители в основном обитают в Африке и прочих жарких странах. А среди нас, европейцев, встречаются только первые четыре фототипа. Определить свой «солнечный» тип совсем не сложно, предлагаем сделать это прямо сейчас, а заодно выбрать наиболее подходящее солнцезащитное средство.

Первый тип

Очень светлая чувствительная кожа, голубые или зеленые глаза, светлые или рыжие волосы, веснушки. Такой коже противопоказано пребывание под прямыми солнечными лучами, так как она моментально обгорает. Для защиты следует применять самые мощные солнцезащитные средства с пометкой «для чувствительной кожи»: в первые дни пребывания на солнце SPF 40, потом – SPF 30. Масло для интенсивного загара противопоказано!

Второй тип

Светлая кожа, голубые или карие глаза, светлые или рыжие волосы, веснушки. Кожа этого фототипа может загорать, но чтобы не получить ожог, приучать ее к солнечным лучам надо постепенно. На пляже лучше пользоваться водостойкими средствами: первые дни – SPF 30, в дальнейшем – SPF 15.

Третий тип

Достаточно светлая кожа, темные глаза, каштановые или русые волосы. Это самый распространенный фототип в нашей стране. Его представители загорают легко и быстро, часто минуя неприятную стадию покраснения кожи. Такой коже не страшно солнце средних широт, а вот палящий южный зной ей опасен. Первые дни на солнце нужно использовать средства с фактором защиты не менее SPF 15, в дальнейшем – SPF 8-10.

Четвертый тип

Смуглая кожа, черные волосы, темные карие

глаза, веснушек не бывает. Представители этого фототипа загорают быстро и легко, никогда не обгорая на солнце. И хотя такая кожа не доставляет обладательницам хлопот, связанных с солнечными ожогами, ее все равно необходимо защищать от фотостарения средствами с пометкой «для смуглой кожи», которые ее увлажняют и делают еще красивее. Даже если кожа явно и не протестует против долгого пребывания на солнце, для защиты от фотостарения желательно пользоваться солнцезащитными средствами SPF 6-8.

Если вы ярая противница косметики в баночках и флакончиках, предлагаем вам воспользоваться натуральной.

● Для увлажнения кожи полезны маски из черной смородины, клубники, земляники, свежего огурца. Их применение улучшает тонус кожи, предотвращает образование пигментных пятен, делает ровным загар. Придя с пляжа, не пользуйтесь скрабами: кожа только что начала наращивать «солнцезащитную шубу», так что не снимайте ее верхний слой.

● Еще одно средство, но уже для ванны – стакан овсяных хлопьев, которые нужно насыпать в полотняный мешочек и прикрепить к крану так, чтобы вода текла через хлопья. Вода должна быть прохладной, а нежиться в ней нужно не меньше 15 минут.

● После ванны «подпалины» можно смазать любым кисломолочным продуктом, но ни в коем случае не спиртосодержащими веществами.

● Если уж вы сгорели и ваша «шкурка» начала облезать, особенно тщательно берегите новую кожицу. Она очень чувствительна даже к незначительным облучениям. Придется отложить солнечные ванны до тех пор, пока цвет новой кожи не сравняется с окружающей ее здоровой.



В 2003 году в США двумя израильтянами и французом было запатентовано инновационное средство, позволяющее определять количество ультрафиолета, полученного кожей во время принятия солнечной ванны.

Устройство представляет собой обыкновенный на первый взгляд пластырь. Особенность заключается в том, что при помощи данной «наклейки» вы без труда сможете определить количество ультрафиолета, полученного кожей во время принятия солнечной ванны.

Способ применения чрезвычайно прост – необходимо лишь приклеить «пластырь» на тело и следить за изменением его цвета (пластинки имеют телесный цвет, и под воздействием УФ-излучения начинают синеть). Когда цвет «пластыря» приобретает каштановый цвет, нужно нанести новую порцию солнцезащитного крема, так как это означает, что кожа уже получила половину допустимой нормы ультрафиолета. Наконец, оранжевый цвет означает появление опасности ожога: следует уйти в тень и не появляться на солнце до конца дня.

Франция стала первой страной, где новинка начала продаваться.

ШОКОЛАД
Студия красоты

Маникюр	100 р.	
Моделирование ногтей	1300 р.	
Ажурный дизайн	от 300 р.	
Все виды макияжа	от 400 р.	
Наращивание ресниц	600 р.	
Плетение афрокосичек	от 40 р.	
Наращивание волос	от 120р.	
Прически вечерние и свадебные		

Ждем Вас по адресу:
ул. 1я Посадская, 29
3й этаж
тел. 77-58-27

Скидка 5%!

На правах рекламы