

Ενυδάτωση

/ [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)



Φωτό: pharmacystore.gr

Η χαμένη υγρασία της επιδερμίδας πρέπει να αναπληρώνεται καθημερινά, πρωί και βράδυ. Και φυσικά δεν υπάρχει άλλος τρόπος από τη χρήση της σωστής κρέμας.

Τις ανάγκες της επιδερμίδας σας τις αναγνωρίζετε από την υφή αλλά και την όψη της. Αν το δέρμα σας είναι θαμπό και «στεγνό» σημαίνει ότι χρειάζεται πλούσια κρέμα, λιπαρή, ειδική για έξτρα ενυδάτωση με έμφαση στα μάγουλα και στο μέτωπο.

Αν ταλαιπωρείστε από γυαλάδες, πράγμα που σημαίνει ότι το δέρμα σας είναι λιπαρό, μια ελαφριά κρέμα σε ρευστή μορφή είναι ιδανική για εσάς. Αποφύγετε το σημείο T που είναι το ευαίσθητο σημείο σας. Μία oil free formula σας ταιριάζει, αφού δεν μπλοκάρει τους πόρους και δεν δημιουργεί στίγματα.

Αν η επιδερμίδα σας είναι μεικτή, μπορείτε να απλώνετε ενυδατική κρέμα μόνο στα σημεία του προσώπου που παρουσιάζουν ξηρότητα.

Η ενυδατική κρέμα δημιουργεί μία ασπίδα προστασίας στην επιδερμίδα σας, αφού σας προστατεύει ουσιαστικά από τους εξωγενείς παράγοντες.

Οι ειδικοί λένε ότι καλό είναι να μην απλώνετε ενυδατική κρέμα στη μύτη και το πηγούνι, όποιος κι αν είναι ο τύπος δέρματος, αφού είναι δύο σημεία που παράγουν από μόνα τους λιπαρότητα. Γιατροί και αισθητικοί συμφωνούν σε ένα σημείο.

Πρέπει να προστατεύετε την επιδερμίδα σας από τις ηλιακές ακτίνες.

Δεν υπάρχει λόγος να χρησιμοποιήσετε δύο προϊόντα. Μια ενυδατική κρέμα με SPF είναι ιδανική για όλες τις εποχές.

Πηγή: Εφημερίδα Ελευθερία του Λονδίνου, αρ. φύλ. 456, Πέμπτη 14 Φεβρουαρίου 2008