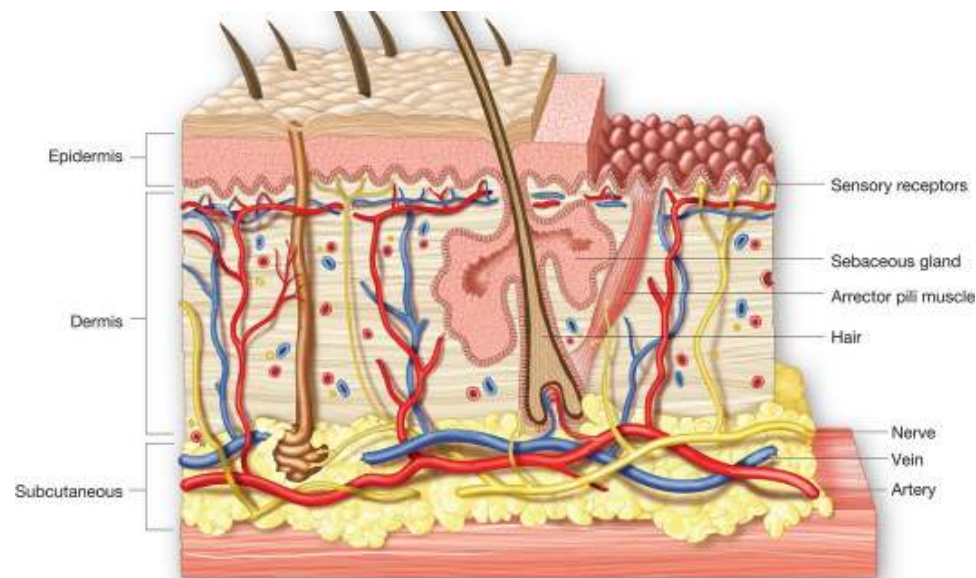


DAVEK NA NEPRAVILNO NEGO KOŽE

Nega moške in ženske kože

Milena Lorgar, predavateljica na viški strokovni šoli za
kozmetiko in velnes

Koža ima pomembno psihološko vlogo. Je kot najvidnejši znak zdravja. Vpliva na to, kako se počutimo v svoji koži, kako nas vidijo drugi. Če je koža zdrava in brez težav, lahko bolje opravlja svoje naloge, počutimo se bolj udobno in samozavestno.



Koža pokriva naše telo in predstavlja mejni organ. Primarna naloga kože je ZAŠČITA pred notranjimi in zunanji vplivi.

ZAŠČITA PRED UV ŽARKI

Pomembno:

- Tri četrtine vsega UV žarčenja prejmemo že pred obdobjem**
- polnoletnosti. Koža sešteva okvare, sčasoma se lahko pojavijo predrakave in rakave spremembe**
- Redno spremljanje pigmentnih sprememb**
- Pravočasni kontrolni preventivni pregled pigmentnih znamenj s pomočjo dermatoskopije**

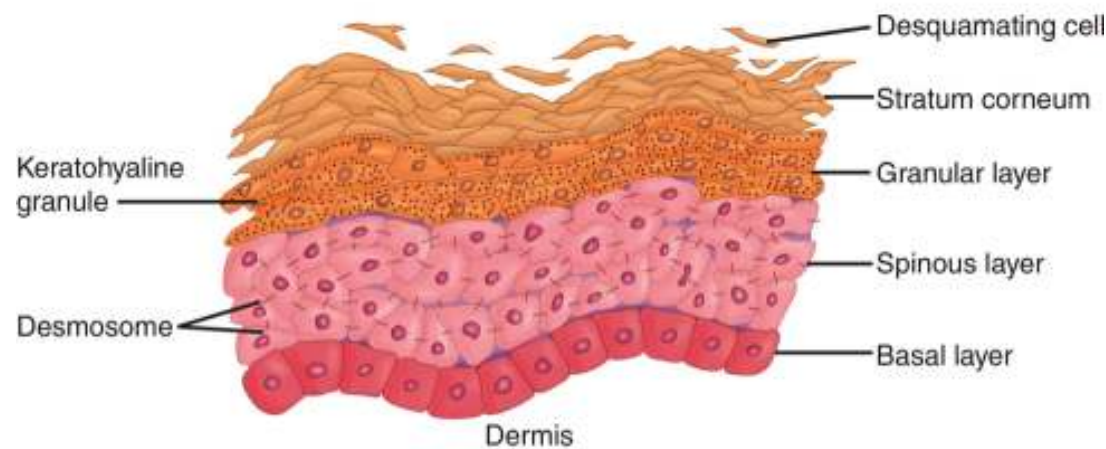




ZAŠČITA PRED BAKTERIJAMI IN VIRUSI

Pomembno:

- Na površini vrhnjice se s pomočjo izločkov lojnice in znojnice tvori zaščitni plašč ki ima pH 4,5 – 5,9
- S pretiranim umivanjem z alkoholnimi in alkalnimi čistilnimi izdelki porušimo zaščitno bariero

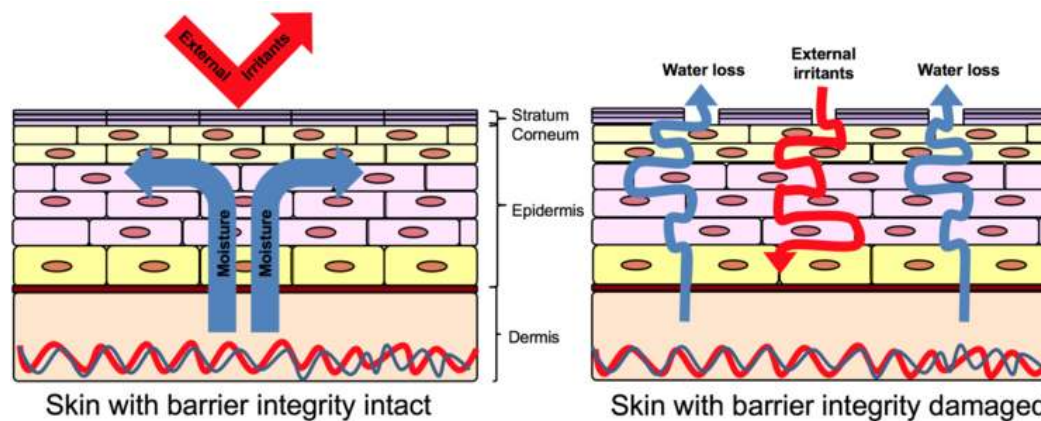


VZDRŽEVANJE URAVNOVESENEGA NOTRANJEGA OKOLJA

Voda predstavlja 70% telesne teže, prav toliko jo je tudi v koži.

Pomembno:

- mila, detergenti in čistila stanjšajo roženo plast in ničijo zaščitni kisli plašč
- Pomembni so kozmetični pripravki, ki vrnejo izgubljeno vodo in nadomestijo maščobni zaščitni kisli plašč



RAZLIKA MED MOŠKO IN ŽENSKO KOŽO

MOŠKA KOŽA

Bolj pigmetirana
Debelejša
Bolj mastna
Krvne žilice so
številčnejše
Zaščitni kisli plašč izrazit
Čvrsta kolagenska in
elastinska vlakna

ŽENSKA KOŽA

Manj pigmentirana
Tanjša
Manj mastna
Koncentracija krvnih žilic je
manjša
Zaščitni kisli plašč slabši
Manjša vsebnost kolagenskih
vlaknen

Pomembno:

- Kozmetična sredstva za moške niso enaka tistim za ženske



NAJPOGOSTEJŠE NAPAKE PRI NEGI KOŽE

- **Agresivni izdelki za čiščenje kože**
- **Nega, ki ni prilagojena stanju kože**
- **Nepravilno zaporedje nanosa kozmetičnih izdelkov**
- **Pomanjkanje potrpežljivosti**



Tako kot na ženski koži se tudi na moški koži pojavljajo težave, kot je občutljiva, lisasta koža, akne in seveda staranje.

Moška koža je sicer debelejša (16%-22% od ženske kože), večje izločanje loja, gube se pojavijo kasneje, ko pa se so razsežnejše. Vsakodnevno britje pa povzroča stalno draženje in naredi kožo ranljivo. Nastanejo poškodbe znanjih plasti kože, vraščene dlake. Izdelki po britju, ki delujejo blago antiseptično, na poškodovani koži pogosto povzročajo zbadajočo pekočo bolečino.



KOZMETIČNI IZDELKI PRED BRITJEM

Glavni namen je priprava kože obraza na britje.

- **Mehčanje dlak pred mokrim britjem izboljša vlažnost, boljšo drsljivost brivskega aplikatorja in zaščiti kožo. Nepeneče brivske kreme imajo prednost – boljša drsljivost, preprečevanje izsušitve kože, po britju ustvarijo tanek film.**
- **Za suho britje morajo biti dlake dvignjene tako, da se ujamejo med rezilne valjčke brivnika. Uporabljajo se losjoni pred britjem, kateri kožo sprostijo, omehčajo, dlake pospešeno posušijo. Preprečuje tudi drgnjenje in zategovanje kože.**



KOZMETIČNI IDELKI PO BRITJU

Glavni namen je intenzivno vlaženje in osvežilno-hladilni učinek.

- **Balzami vsebujejo skrbno izbrana olja – olje grozdnih pešk, oljčno olje, jojobino olje, karitejevo maslo, argonovo olje, vitamin retinol in tokoferol.**
- **Geli vsebujejo hialuronsko kislino, glicerol, sadne kisline, antioksidante.**
- **Voda po britju vsebuje nižjo stopnjo izbranih esenc, nižjo stopnjo alkohola. Po britju deluje agresivno, pekoče.**



Ženska koža zahteva poglobljeno nego, glede na letne čase in starost kože. Upoštevati pa moramo trenutno stanje kože.

KOZMETIČNI IZDELKI ZA ČIŠČENJE KOŽE

Namen vsakodnevnega čiščenja je odstranjevanje debelejših poroženelih plasti vrhnjice. Kozmetičnih izdelkov v ta namen je nešteto:

- Čistilna mleka,
- Čistilna olja,
- Hidrogeli, lipogeli,
- Mila,
- Micelarne vode.

Pomembno: čistilni izdelek z nežnimi masažnimi gibi razporedimo po koži obraza in vratu, nato speremo z mlačno vodo. Nato nanesemo tonik ali različne hidrolate (damaščanska vrtnica, plavica, nepozebnik), ki kožo zakislijo, tonizirajo in omogočijo absorpcijo hranilnih učinkovin v zgornje plasti vrhnjice.



VLAŽENJE KOŽE – SERUMI

Pomagajo koži ohranjati nepoškodovan hidrofilni film. Zmanjšano občutljivost kože, povečano napetost kože, lahko so dodani tudi UV filtri. Ustvarijo neprepusten film, ki preprečuje izhlapevanje vode. Vsebujejo strogo izbrane sestavine (sezamovo olje, olje grozdnih pešk, jojoba olje, NMF, glicerol, hialuronsko kislino). Nanašajo se pod hranilno nočno kremo in zaščitno dnevno kremo.



HRANJENJE KOŽE – EMULZIJE

Olje v vodi – polmastne kreme

Voda v olju – mastne kreme

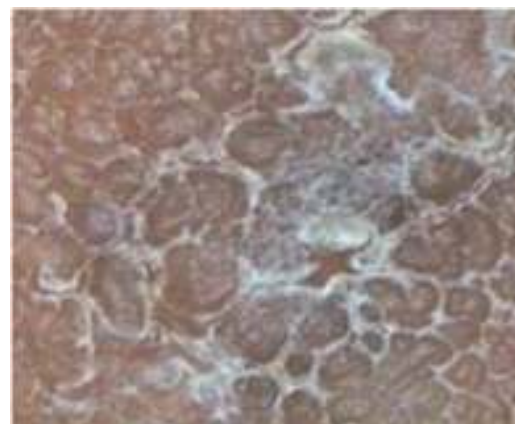
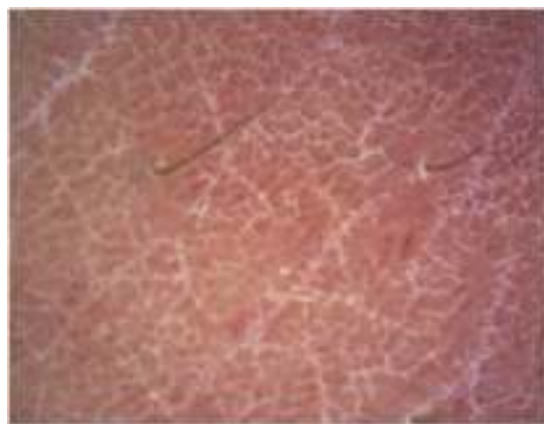
Hranilne učinkovine, kot so peptidi, lovilci prostih radikalov (vit. E, betakaroteni, askorbinska kislina), lipidi, ki preprečujejo izsušitev (voski, trigliceridi, skvalen, v maščobi topljivi vitamini)



NEGA KOŽE NA KATERO RADE POZABLJAMO

Kritične točke našega telesa, ki hočemo ali nočemo razkrivajo naša leta so dlani, komolci in kolena. Negi teh predelov se posvečamo skozi celo leto.

Ključnega pomena so tedenska uporaba pilinga, ki odstrani odmrle celice, koža postane gladka in se hitro obnavlja. Sledi nanos kreme ali mleka za telo. Za nego dlani se priporočajo kreme proti rjavim lisam (pigmentnim madežem), katere nanesemo zvečer in uporabimo rokavice.





SODOBNE METODE

Poleg redne enomesečne nege v kozmetičnem salonu s katero lahko delno preprečimo ali izboljšamo izgled kože, uporabljamo številne neinvazivne aparturne tehnike, kot so:

- **Fotopomlajevanje**
- **Stimulacija mišic**
- **Visoko frekvenčni ultrazvok (HIFU)**
- **Radiofrekvenca**
- **Endodermna terapija**





HVALA ZA PRIJETNO DRUŽENJE

