

EAU THERMALE
Avène
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

10

wskazówek dotyczących rutyny pielęgnacyjnej, które pozwolą Ci cieszyć się promienną skórą.

Każdego dnia.



1.

Czy każdego dnia musisz stosować wszystkie znane Ci kroki w pielęgnacji?

Potrzebujesz dokładnie tyle, ile faktycznie sprawia Ci przyjemność i daje efekt. Dobierz swoją indywidualną pielęgnację z dermatologiem, omawiając przy okazji częstotliwość stosowanych zabiegów. Peeling wystarczy 1-2 razy w tygodniu, a emulsja punktowa tylko wówczas, gdy faktycznie pojawią się zmiany trądzikowe, a nie "na zapas".

2.

Same nawilżane chusteczki lub waciki nasączone preparatami nie wystarczają do dokładnego oczyszczenia twarzy.

W miarę możliwości stosuj oczyszczanie dwuetapowe. Pierwszy krok pomoże zmyć makijaż i zabrudzenia z całego dnia, a drugi usunąć zabrudzenia, których nie udało się domyć w pierwszym kroku.

PS Nie zapomnij o szyi i dekolcie!





3.

Podczas oczyszczania twarzy unikaj gorącej wody.

Dla odświeżenia i ukojenia, gdy dojdzie do podrażnień lub w celu przygotowania do dalszych zabiegów, stosuj wodę termalną.

4.

Nie wyciskaj pryszczu!

Mechaniczne ingerowanie w zmiany trądzikowe może doprowadzić do powstawania stanów zapalnych, a w późniejszym czasie także do powstawania blizn i śladów potrądzikowych. Postaw na łagodne oczyszczanie i skuteczną pielęgnację.



5.

Nawilżaj, nawilżaj, nawilżaj!

PS Wspomnieliśmy o nawilżaniu?

6.

Dbaj o dobrostan bariery hydrolipidowej.

Pomoże to przynieść ukojenie w większości problemów skórnych na ciele.



7.

Pamiętaj o reszcie ciała.

Twarz to nie wszystko! Bądź dobra dla skóry całego ciała, by pozostawała gładka, miękka, elastyczna i byś zawsze czuła się w niej doskonale. Wybierz na przykład produkty pobudzające syntezę ceramidów, które uszczelniają barierę hydrolipidową.

8.

Zawsze używaj filtrów. ZAWSZE!

W słoneczny dzień i w pochmurny. Latem i zimą. Na zewnątrz i w pomieszczeniach. Bez wymówek!





9.

Mimo wszystko doszło do podrażnień słonecznych?

Lub Twojej skórze towarzyszy nieprzyjemne kłucie, swędzenie czy uderzenia gorąca spowodowane czynnikami zewnętrznymi? Miej zawsze w swojej podręcznej apteczce Krem Tolérance CONTROL. Zawiera D-Sensinose™ – pierwszy ultra-łagodzący postbiotyczny składnik aktywny potrafiący bezpośrednio oddziaływać na neurony czuciowe obecne w skórze, aby pomóc Ci kontrolować jej reakcje i przywrócić komfort.

10.

Bądź konsekwentna w codziennej rutynie.

Twoja skóra Ci podziękuje :)

EAU THERMALE
Avène
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE