

اگر پوست حساس دارید؛ این  
قوانین را رعایت کنید

یادداشت اختصاصی صدای تجارت  
به نوشته دکتر فرناز فضلعلی



از شوینده های ملایم  
استفاده کنید

اگر پوستتان در عین حساس بودن،  
خشک هم هست؛ از شستن صورت در  
صبح پرهیز کنید. یک مشت آب یا  
استفاده از تونر و فیشال میست  
هم کفایت می کند.

از اسکراب فیزیکی دوری کنید

به جای استفاده از اسکراب های  
خشن فیزیکی از سرم های آب رسان  
و مرطوب کننده ها استفاده کنید  
تا سد دفاعی تخریب شده را کمی  
بازسازی کنید، می توانید از  
لایه بردارهای شیمیایی مانند  
سرم مندلیک اسید استفاده کنید  
که مناسب پوست های حساس است.

از محصولات حاوی عطر و پارابن  
دوری کنید

منظور از این عنوان این نیست  
که عطر و پارابن به خودی خود  
بد هستند؛ خیر، اما این دو  
ماده بسیار محرک و آلرژی زا  
هستند و می توانند برای پوست  
های حساس بسیار مضر باشند.

از ضدآفتاب های حاوی زینک  
استفاده کنید

زینک با خاصیت ضدالتهابی خود  
درمان مناسبی برای پوست های  
حساس است. اگر پوست خشک و  
حساسی دارید قبل از استفاده از  
محصولات متنوع امکان تحریک  
بیشتر را فراهم می کند. برای  
روتین خود کافی است یک شوینده  
ملایم، سرم های آبرسان و حاوی  
پپتیدها، مرطوب کننده های حاوی  
سرامید و ضدآفتاب حاوی زینک  
استفاده کنید.