

هیالورونیک اسید؛ معجزه گر
زیبایی/ هیالورونیک اسید چیست
و نحوه استفاده موثر از آن
چگونه است؟

یادداشت اختصاصی صدای تجارت

در این یادداشت می خواهیم
درباره ی یکی از ترندترین
اکتیوهای این روزهای دنیای
محصولات مراقبتی صحبت کنم. اگر
یک لیست از مهم ترین مواد
سازنده ی لایه درم پوست داشته
باشیم بی شک هیالورونیک اسید
یکی از مواد جادویی آن خواهد
بود.



هیالورونیک اسید با
شعار آبرسانی فوق
العاده به پوست، آبدار
و سفت کردن پوست به
فروش می رسد. ماده ای
که در نبودش خطوط و
چین و چروک پوست شما افزایش می
یابد و حجم خود را از دست می
دهد. شما در لایه ی درم خود سه
ماده ی اصلی کلاژن، الاستین و
هیالورونیک اسید را دارید که
با گذشت زمان و عوامل خارجی
مقدار آن ها به مرور کاهش می
یابد. این ماده در کنار اسم
خود نام اسید را دارد، ولی اصلا
ویژگی های اسیدها را در برخورد
با پوست ندارد و هیچ گونه لایه

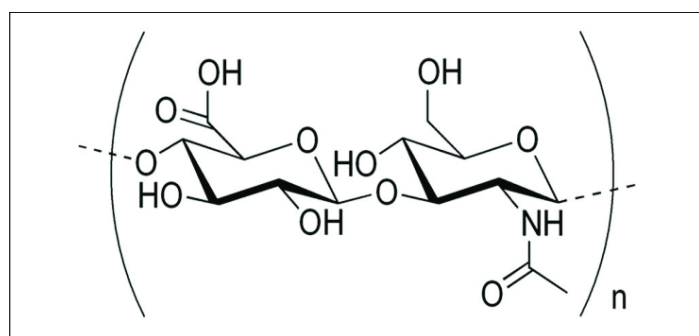
بررداری برای پوست انجام نمی دهد. در واقع می توان گفت این ماده یک اسید کاملا متفاوت است.

هیالورونیک اسید را بسیار دوست دارم، چراکه یک هیومکتانت (جاذب الرطوبه) فوق العاده هست و نکته ی کلیدی این مولکول این است که علاقه شدیدی به آب دارد و همان طور که مشخص است خیلی از ما پوست های دهیدراته و خشک داریم و نیاز به مولکولی داریم که تا جایی که در توان دارد مولکول های آب را به پوست ما انتقال دهد. می توانید پوست را مثل یک اسفنج در نظر بگیرید که با جذب آب

چاق و فربه به نظر می رسد .

هیالورونیک اسید یک هیومکتانت فوق العاده است. هیومکتانت ها توانایی ذخیره، حبس و یا نگهداری از آب به مقدار زیاد را دارند. این مواد قادر به جذب رطوبت از هوا هستند. در بدن ما مقدار زیادی از هیالورونیک اسید در غضروف ها، بین ماهیچه ها، در فیبرهای ما و به مقدار خیلی زیاد در پوست ما وجود دارد و البته بدن خود به مقدار زیادی این ماده را تولید می کند. این ماده به طور طبیعی در تاج خروس وجود دارد و شیمیدانان و داروسازان در طی

فرآیندهایی آن را خالص سازی کرده و قابل استفاده می کنند. همچنین این ماده به عنوان راهنمای سلول های پوستی برای درمان زخم عمل می کند و در فرآیند شفای زخم های پوستی نقش مهمی دارد.



ماهیت هیالورونیک اسید چیست؟

این ماده شکر یا کربوهیدرات است و همان طور که گفته شد بدن خود قادر به ساخت این ماده است. این ماده در بافت های مختلف وجود دارد اما بیشترین میزان از این ماده در پوست ما

حضور دارد و یکی از کلیدی ترین عناصر موجود در پوست است. هیالورونیک اسید اصلی ترین ماده ی موجود در فیلرهای تزریقی است. برای مثال می توان از فیلر فوق العاده با کیفیت ژوویدرم (Juvederm) محصول کشور آمریکا و یا فیلر رستیلن محصول کشور آلمان نام برد. در تاثیر هیالورونیک اسید تزریقی که شکی نیست، اما آیا استفاده ی موضعی هیالورونیک اسید هم فایده ای در بردارد؟

همانطور که گفته شد این ماده جاذبه الرطوبه است و توانایی اتصال به مولکول های آب را

دارد، بنابراین برای آبرسانی به پوست عملکرد مفیدی از خود نشان می دهد. تحقیقات نشان داده اند که یک گرم از هیالورونیک اسید توانایی نگهداری 6 لیتر آب را خواهد داشت و این ظرفیت نگهداری از آب برای یک مولکول حیرت آور است. این مولکول با قدرت مولکول های آب را جذب می کند و پوست را آبرسانی می کند و شما احساس رطوبت رسانی و نرمی فوق العاده در پوست خود خواهید کرد و بزرگترین تغییری که در ظاهر شما ایجاد می کند از بین بردن چروک ها و خطوط پوست شما خواهد بود. یک نکته ی مثبت دیگر

درباره ی هیالورونیک اسید این است که این ماده چرب نیست. اکثر مرطوب کننده هایی که استفاده می کنید احساس چربی و سنگینی به پوست شما می دهند، اما خوشبختانه هیالورونیک اسید این گونه نیست.

هیالورونیک؛ ماده ای برای تمام انواع پوست

هیالورونیک کاملاً غیرکومدون زا (غیر جوش زا) است. این ماده هیچ گونه حساسیت و یا تحریکی (درماتیت) ایجاد نمی کند و به سادگی برای هر نوع تایپ پوستی قابل استفاده است زیرا این ماده یکی از اجزای اصلی

پوست خود شماست و بدیهی است که ورودش به داخل پوست حساسیتی ایجاد نخواهد کرد. این ماده برای هر نوع تاپپ پوست قابل استفاده است و اینگونه نیست که فقط مخصوص پوست خشک باشد. چون ممکن است شما پوست چربی داشته باشید ولی در عین حال پوست شما از بی آبی رنج ببرد و نیاز به آبرسانی داشته باشد. هر نوع پوستی به آبرسانی احتیاج دارد و چه ماده ای بهتر از هیالورونیک اسید که این کار را به خوبی انجام خواهد داد.

آیا تحقیقات علمی برای اثبات تاثیر هیالورونیک اسید در

استفاده موضعی هم وجود دارد؟
در پاسخ به این سوال باید
بگویم تحقیقات زیادی در زمینه
ی تاثیر هیالورونیک اسید موضعی
در محصولات مراقبتی وجود ندارد
و یا شرایط آزمایشگاهی بالینی
که به طور انفرادی به تاثیر
هیالورونیک اسید بر پوست
بپردازد. اما تاثیر هیالورونیک
اسید موضعی در درمان زخم ها به
خوبی اثبات شده است.

به طور کلی تحقیقاتی که تا
امروز بر روی هیالورونیک اسید
موضعی انجام شده است در حالتی
بوده است که هیالورونیک اسید
فرموله شده و در کنار سایر

مواد موثر قرار گرفته است.

نتایج یکی تحقیق بر روی هیالورونیک اسید

یکی از این تحقیقات بر روی افرادی بود که راکوتان و یا ایزوترتینوئین مصرف می کردند و یکی از عوارض مصرف این ماده خشکی بیش از حد پوست ، تحریک و التهاب است. در این مطالعه افراد به دو گروه تقسیم شدند. دسته ی اول از مرطوب کننده حاوی هیالورونیک اسید استفاده کردند و دسته ی دوم تحت درمان دارونما یا همان پلاسیبو قرار گرفتند، یعنی از مرطوب کننده بدون هیالورونیک اسید استفاده

کردند. در انتهای این پژوهش مشخص شد در افرادی که از مرطوب کننده حاوی هیالورونیک اسید استفاده کردند در مقایسه با افرادی که از دارونما استفاده کردند، خشکی پوست کم تر شد. همچنین میزان آکنه و از دست دادن آب ترانس اپیدرمال (TEWL) نیز کاهش پیدا کرد. بنابراین استفاده از مرطوب کننده های دارای هیالورونیک اسید برای افرادی که تحت درمان با راکوتان هستند به شدت پیشنهاد می شود.

ضرورت استفاده از هیالورونیک اسید به طور منظم

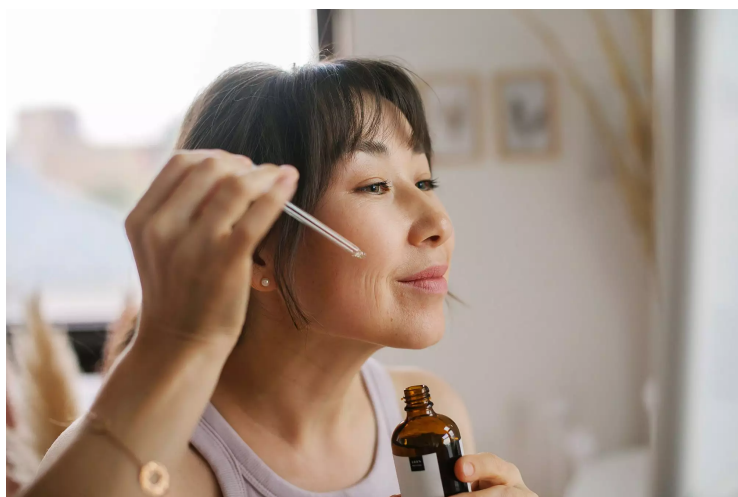
درست است که تحقیقات خیلی خاصی در زمینه تاثیرپذیری هیالورونیک اسید به صورت تنها بر روی پوست انجام نشده است، اما پس از استفاده از این ماده بر روی پوست تغییرات خیلی خوبی مشاهده شده است. این حقیقت که این ماده از جنس خود پوست است و قابل اتصال به مولکول های آب است و توانایی آبرسانی و آبدار کردن بافت پوست شما را دارد غیر قابل انکار است. اما این نکته را هم در نظر داشته باشید که برای مشاهده این تاثیرات باید به طور مداوم از این محصول در روتین پوستی خود استفاده کنید و به یک یا دو شب

استفاده اکتفا نکنید. زیرا برای تاثیر نیاز به ورود به پایه ی پوست شما دارد و این به زمان نیاز دارد. پیشنهاد من استفاده از این ماده در روتین شبانه ای است، اما استفاده در روتین عصر و یا صبح نیز اشکال خاصی ایجاد نخواهد کرد. برای اینکه مزایای اسید هیالورونیک در لوازم آرایشی و بهداشتی قابل درک باشد، این محصول باید به طور منظم استفاده شود. زیرا طی 24 تا 48 ساعت پس از استفاده در پوست تجزیه می شود.

پس این را در نظر داشته باشید که هیالورونیک اسید یکی از مهم

ترین و موثرترین مواد اولیه ای
است که می توانید در روتین خود
قرار دهید.

نسخه طلایی در چگونگی استفاده
از هیالورونیک اسید



حال ممکن است
این سوال
 مطرح شود که
از این ماده
چگونه

استفاده کنیم تا بیشترین
تاثیر را داشته باشد؟ این ماده
در بسیاری از مرطوب کننده های
موجود در مارکت حضور دارد و
کافیست به لیست مواد اولیه در
پشت محصول مورد نظر خود نگاهی

بیانندازید، تا متوجه وجود و یا عدم وجود این ماده شوید. هیالورونیک اسید به شکل های مختلفی استفاده می شود که معمول ترین سدیم هیالورونیک است که استاندارد خوبی از هیالورونیک اسید بوده و هیومکتانت فوق العاده قوی است و همچنین از نظر اندازه مولکولی و سایز کوچک تر است.

استفاده از مرطوب کننده های حاوی هیالورونیک اسید تاثیر بهتری خواهد داشت زیرا مرطوب کننده ها حاوی مواد مسدود کننده (اکلاسیو) می باشند که با ایجاد یک سد دفاعی بر روی پوست

مانع تبخیر سریع هیالورونیک اسید می شود.

در اینجا می خواهیم یک نکته ی طلایی به شما ارائه کنم و این نکته مربوط به تفاوت بین آبرسان و مرطوب کننده (مویسچرایزر) است. اولی آب لازم را به سلول های شما می رساند و بنابراین بیش تر بر محصولات بر پایه آب تمرکز می کند ولی دومی مانع از خروج آب از داخل پوست شما می شود و بیشتر بر محصولات بر پایه چربی تمرکز می کند. بنابراین همیشه اول از یک آبرسان استفاده کنید و سپس یک لایه نرم کننده بر پایه روغن

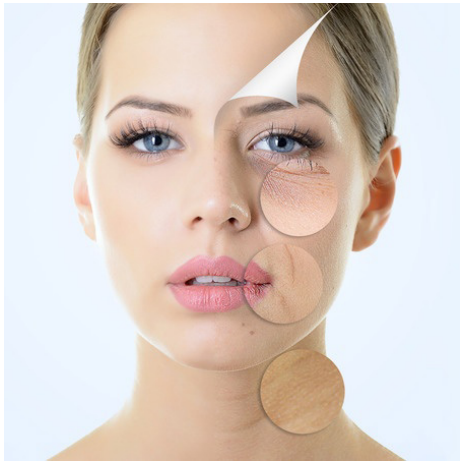
زده شود تا به احتباس آب کمک کند.

یکی از کلیدی ترین نکات در استفاده از هیالورونیک اسید این است که این ماده را بر روی پوست مرطوب استفاده کنید و سپس یک لایه مرطوب کننده بر روی پوست خود قرار دهید تا هیالورونیک اسید را به دام بیاورید تا در حین این که آب کافی را از محیط اطراف جذب می کند امکان تبخیر هم نداشته باشد. مخصوصا در استفاده از محصولات که فقط دارای هیالورونیک اسید و آب هستند، مانند سرم هیالورونیک اسید و

یا اسپری هیالورونیک اسید.
وقتی که این محصولات را به پوست
اسپری می کنید و یا سرم را بر
پوست قرار می دهید ،
هیالورونیک اسید با تبخیر سریع
خود پوست شما را خشک می کند.
پس لطفا بعد از استفاده از این
محصولات حتما از مرطوب کننده
استفاده کنید.

اگر از مرطوب کننده استفاده
نکنید پوست شما به دلیل تبخیر
زیاد آب همراه با هیالورونیک
اسید خشک می شود و راه برای
تحریک پوست توسط سایر مواد مثل
عطرها و یا روغن ها باز می
کنید. شما دچار خشکی، حساسیت و

تحریک پوستی می شوید و دلیل این اتفاق ها را هیالورونیک اسید می دانید.



اما در نظر داشته باشید که هیالورونیک اسید خنثی تر از آن است که باعث تحریک شوید. برای جلوگیری از تمام این مشکلات و دیدن بیشترین تاثیرات باید از مرطوب کننده استفاده کنید.

نکته ی دیگر که باید مد نظر داشته باشید آب و هواست. در هوای مرطوب اگر از مرطوب کننده استفاده نکنید و یا اینکه از

مرطوب کننده سبک استفاده کنید برای پوست شما مشکل خاصی پس از استفاده از هیالورونیک اسید ایجاد نخواهد شد. زیرا آب و هوای مرطوب برای پوست شما همانند بافر عمل می کند و خشکی پوستی احساس نخواهید کرد، اما در آب و هوای خشک استفاده از مرطوب کننده سنگین شدید الزامی است.

همچنین اگر پوست خشکی دارید و در محیط بسیار خشک و بدون رطوبتی زندگی می کنید دقت کنید از محصولات دارای درصد بالای هیالورونیک اسید استفاده نکنید. استفاده از محصولاتی با

60 درصد، 70 درصد و یا بالاتر از هیالورونیک اسید در چینی شرایطی پوست شما را به شدت خشک خواهد کرد. همیشه بیش تر به معنی بهتر نخواهد بود. این مقدار از هیالورونیک اسید فقط پوست شما را به شدت خشک و حساس خواهد کرد و خیلی بالاتر از میزان نیاز شما به این ماده است.

به طور کلی هیالورونیک اسید در رنج گسترده ای از محصولات زیبایی استفاده می شود و به همین دلیل اگر شما در روتین روزانه خود تعداد زیادی محصول برای استفاده دارید من به شما

خرید جداگانه محصول تخصصی از هیالورونیک اسید را پیشنهاد نمی دهیم اما اگر روتین ساده ای دارید و از تعداد محدود محصول استفاده می کنید، استفاده از یک محصول تخصصی حاوی هیالورونیک اسید روتین پوستی شما را ارتقا خواهد داد.

در انتها باز هم تاکید می کنم که هیالورونیک اسید یکی از مهم ترین مواد در زیبایی و سلامت پوست شماست اما برای مشاهده ی اثرات کامل باید به طور صحیح مصرف شود. با روش استفاده درست و استمرار در مصرف می تواند سلامت فوق العاده ای به پوست

شما ببخشید .