

krása

KAŽDODENNÍ PÉČE
NEJLEPŠÍ PRODUKTY
ZÁKROKY

TERAPIE

*pro sluncem
políbenou pleť*

CO SI BUDEME POVÍDAT, ZATÍMCO VY JSTE SI O PRÁZDNINÁCH UŽÍVALA BEZSTAROSTNÝ ČAS, VAŠE PLEŤ TO NEJSPÍŠ VNÍMALA JINAK. NA ROZDÍL OD VÁS TEĎ BUDE UNAVENÁ A BEZ ENERGIE. DOPŘEJTE JÍ DŮKLADNOU HYDRATACI A NÁSLEDNOU REGENERACI DÍKY NEJNOVĚJŠÍM PŘÍPRAVKŮM I ÚČINNÝM ESTETICKÝM PROCEDURÁM.

Správná hydratace je klíčem ke krásné a zdravé pleti, což platí po celý rok, ale po létě dvojnásob. Slunce, horké počasí a slaná i chlorovaná voda si vybraly svoji daň v podobě citlivosti a suchosti. UV záření navíc způsobuje poškození kůže volnými radikály - v podkoží tak dochází k narušení kolagenových i elastinových vláken, a tím pádem i k rychlejšímu stárnutí.

BUĎTE ŠETRNÁ

To je základ. A taky zjednodušte svoji péči. Po létě si vystačíte s jemným čištěním, enzymatickým peelingem, hydratačním sérem, krémem a maskou. Pohov si na chvíli dejte i od aktivních ingrediencí. Retinol, vitamin C a další si nechte, až

bude vaše pleť zklidněná a obnovená. Používejte vlažnou vodu a pleť nikdy nedrhňte ručníkem.

DOPŘEJTE SI PROFESIONÁLNÍ PÉČI

Aby se vláhla dostala přesně tam, kam má, musíte pleť nejprve zbavit horní zrohovatělé vrstvy, třeba doma šetrným enzymatickým peelingem. Lepší variantou je ale objednat se na některé z profesionálních ošetření. Pleť se zjemní pomocí AHA kyselin a dalších účinných látek, což bývá mnohem efektivnější (přípravky na domácí použití nemají tak silnou koncentraci jako salonní).

Zkusit můžete i ošetření Green Peel - jde o peeling za pomoci vybraných bylin s enzymatickým účinkem. Zbavíte se při něm starých a odumřelých buněk, zjemníte texturu pleti, zvýšíte jas a eliminujete nežádoucí hyperpigmentace. →

krása

PROVEĎTE DOMÁCÍ KÚRU

Kromě klasických krémů a sér máte na výběr vysoce koncentrované hydratační boostery či intenzivní kúry, které zvláště po létě hodně oceníte. Musíte své pleti zkrátka dopřát něco extra.

Třeba hydratační booster Eucerin má lehkou gelovou texturu a díky dvěma typům vysoce koncentrované kyseliny hyaluronové s glycerinem proniká rychle do pokožky, okamžitě ji hydratuje a také jemně vyplňuje vrásky. Používá se jako první krok ještě před sérem.

Sedmidenní kúra Hyalu B5 od La Roche-Posay obsahuje ampule s vysoce koncentrovanou kyselinou hyaluronovou se třemi různými délkami řetězců a vitamínem B5. Díky tomu působí v různých vrstvách pleti, kde hydratuje, vyplňuje a regeneruje.

VSAĎTE NA LEHKÉ TEXTURY

Při výběru péče neudělejte tu chybu, že si pořídíte co nejhutnější přípravky v domnění, že děláte pro svoji pleť to nejlepší. Raději sáhněte po lehčích konzistencích, které pronikají do pokožky snáz a hlouběji.

Produkty by měly obsahovat kyselinu hyaluronovou, glycerin, aloe vera, skvalan, mastné kyseliny či alantoin. Ideální péče se skládá z jemného ranního čištění, aplikace hydratační esence či boosteru, séra a krému s SPF.

Sérum či krém nanášíte vždy na očistěnou a ještě lehce vlhkou pokožku, kterou můžete přestříkat termální vodou. Ta pomůže lepší vstřebatelnosti.

PRO HYDRATAČI I REGENERACI

• PLAZMA LIFTING

Toto intenzivní ošetření poskytuje pleti hydrataci a regeneraci v jednom. Kombinace vlastní krevní plazmy a kyseliny hyaluronové se aplikuje jemnými vpichy do pokožky, omlazení tedy probíhá zcela přirozenou cestou. Zatímco kyselina hyaluronová funguje okamžitě, tudíž efekt vyhlazení a z kvalitnění textury pleti uvidíte v podstatě ihned, efekt plazmy nastupuje zhruba po čtyřech týdnech. Tehdy dochází k nastartování vlastní produkce kolagenu a elastinu a ošetření má pak ještě liftingový efekt. Více info na yesvisage.cz.



- 1 Hydratační gel na den a noc Hydra Végétal, Yves Rocher, 599 Kč 2 Intenzivně hydratační sérum Hydrance Boost, Avène, 750 Kč 3 Intenzivní omlazující kúra v ampulích Hyalu B5, La Roche-Posay, 649 Kč 4 Hydratační mist, Oncle, 199 Kč, oncle.cz 5 Hydratační maska Skin Hydrating Masque, Dermalogica, 1390 Kč, obchod.dermalogica.cz 6 Intenzivně hydratační esence Cold Plasma Plus, Perricone MD, 2619 Kč, perriconemd.cz 7 Osvěžující čistící pleťová voda, Nivea, 160 Kč 8 Osvěžující hydratační sérum Hydra-Fresh, Matis, 1510 Kč, fann.cz 9 Pleťový čistící gel Aqua Aqua, Dermacol, 119 Kč



krása



Během dne vám budou stačit lehčí textury, ale noční péči můžete zvolit výživnější. Pokud použijete olej, aplikujte pod něj vždy hydratační sérum či booster.

→ Večer po důkladném dvojitém odličení následuje stejný proces, jen krém s SPF vyměníte za noční péči. Alespoň jednou týdně nezapomeňte na hydratační masku, kterou nanášíte i na krk a dekolt, stejně jako ostatní produkty.

ZATOČTE S HYPERPIGMENTACÍ

Jakmile budete mít pocit, že je vaše pleť již dostatečně zklidněná a hydratovaná, můžete zařadit přípravky s vitamínem C. Je to skvělý antioxidant, který pleť posiluje a chrání během dne před poškozením volnými radikály, včetně stresu, zlepšuje její strukturu, vyrovnává barevné nedokonalosti a zvyšuje produkci kolagenu, takže napomáhá i zpevnění.

Pokud vám jako památka na léto zůstala hyperpigmentace, sáhněte po speciálních sérech a lokálních korektorech, které ji zesvětlují a zabráňují jejímu vzniku. Používejte je ráno i večer a přes den se nikdy nezapomeňte chránit SPF. ■

PRO HYDRATAČI I OMLAZENÍ

• JALUPRO HYDRO

Při tomto novém hydratačním a omlazujícím ošetření se do předem daných šesti bodů na obličej aplikuje směs vysoko- i nízkomolekulární kyseliny hyaluronové spolu s aminokyselinami a peptidy. Ošetření má díky tomu dvojitý efekt, kdy kromě rychlého nástupu hydratace dochází také k vypnutí, vyhlazení a celkovému omlazení pokožky. Takto lze ošetřit i krk a ruce. Více na laserplastic.cz.



- 1 Hydratační péče pro suchou a zralou pleť Hyalogy Lift Cream, Forlle'd, 4990 Kč, aethershop.cz
- 2 Hydratační krém Aloe, Ziaja, 70 Kč
- 3 Hydratační noční péče Superfood Midnight Facial, Elemis, 1320 Kč
- 4 Noční krém Hydroboost, Neutrogena, 379 Kč, prodává drogerie dm
- 5 Krém ke zvýšení hydratace Minéral 89, Vichy, 599 Kč
- 6 Noční péče s gelovou texturou Hyaluronic Aloe, Garnier, 170 Kč
- 7 Hydratační péče Hydrating Cream Plus, Envy Therapy, 1690 Kč, douglas.cz
- 8 Zpevňující hydratační péče Pro-Collagen Marine Cream SPF 30, Elemis, 2950 Kč, marionnaud.cz
- 9 Luxusní pletová maska s bílým lanýžem, Oolaboo, 1931 Kč, eshop.oolaboo.cz

PŘÍPRAVILA: BARBARA JUZIOVÁ; FOTO: SHUTTERSTOCK (6); ARCHIV FREN