Lipikar Lait

Zaradi formule, obogatene z lipidi iz kanadskega masla, LIPIKAR Lait v trenutku globinsko obnovi suho kožo ter ji povrne izjemen občutek udobja in prožnosti, brez puščanja mastnih sledi. Niacinamid ščiti zaščitni sloj kože in pomirja občutek zategovanja. Klinično dokazano ne poškoduje občutljive suhe kože in ponovno vzpostavlja normalno vlažnost kože.

Lotique

Lotique je nova linija izdelkov proti staranju kože, narejena po najmodernejši tehnologiji mikrokapsuliranja. Njena prednost je, da so aktivne učinkovine združene v majhna zrna, ki so obdana z neprepustno plastjo, in tako varno zaščitena pred vlago in zrakom. Zrnca ohranjajo lastnosti in sprostijo aktivne učinkovine šele ob nanosu na kožo. Aktivirajo celično obnovo povrhnjice, preprečujejo prezgodnje staranje, sproščajo mimične mišice in stimulirajo tvorbo kolagena, ki daje večjo čvrstost in prožnost. Na voljo samo v lekarnah in drogerijah Müller ter na www.lotique.si.

Eucerin® complete repair

Nova losjona Eucerin® COMPLETE REPAIR z edinstveno kombinacijo učinkovin odpravljata značilne simptome suhe kože. Z redno uporabo dokazano zmanjšata suhost, hrapavost in neprijeten občutek,okrepita zaščitno pregrado, s tehnologijo akvaporinov zagotavljata optimalno epidermalno preskrbo z vlago od znotraj. Izdelka ustrezata občutljivi koži ter ne vsebujeta dišav in barvil. Na voljo sta v lekarnah v dveh različicah – losjon s 5-odstotno urea za nego suhe kože in intenzivni losjon z 10-odstotno urea, ki je namenjen negi zelo suhe kože.

Ohranite mladostno polt

Da smo mladi, kadar se tako počutimo, vsekakor drži. A zares mladostno se zagotovo počutimo, kadar smo tako tudi videti. Človek si že od nekdaj prizadeva ostati čim dlje mlad, lep in vitalen. Tudi če so kožo že načeli celulit, gubice ali pa kakršnekoli druge kožne neprijetnosti, ne obupajte. Obstaja namreč vedno več tehnik, kako lahko kožo ponovno zgladite in pomladite. Navajamo samo nekaj zelo preprostih in precej učinkovitih.

Tekst: **LARA JELEN**

Po 25. letu se v telesu dogajajo spremembe, zaradi katerih delovanje celic ni več najboljše. Če želimo njihovo delo izboljšati, moramo spodbuditi njihovo delovanje in poskrbeti, da dobijo dovolj hrane in aktivnih učinkovin, ki sodelujejo v fizioloških procesih. Kolagen sestavlja 70-odstotni delež kože in ga je za mladostni videz treba ohranjati. Po 25. letu telo ni več sposobno dovolj hitro obnavljati odmrlih celic, zato mreža kolagena, ki koži daje oporo, vedno bolj izgublja čvrstost. Kolagenska vlakna postanejo zaradi pomanjkanja vlage neprožna in lomljiva, pojavijo se prve gube in koža se začne povešati. Prav tako fibroblasti ne proizvajajo več dovolj novega (zdravega) kolagena, saj so vedno bolj prizadeti zaradi škodljivih oksidacijskih procesov, ki jih povzročajo prosti radikali.

Kako nastane celulit?

Koža je največji telesni organ, ki ščiti pred zunanjimi poškodbami, okužbami in škodljivimi sončnimi žarki. Sestavljena iz epidermisa (povrhnjica), dermisa (usnjica) in hipodermisa (podkožja). V podkožju so kolagenska vlakna, zato se ključ do razumevanja celulita skriva v dejstvu, da obstajata dva značilna tipa razporeditve teh vlaken. Ta razporeditev poteka v podkožju pod kotom 45 stopinj v obe smeri. Pri moških večinoma pritiska na zgornje plasti kože enakomerno, pri ženskah pa maščobne celice na usnjico in vrhnjico potekajo neenakomerno, kar daje koži pomarančen videz. To je celulit. Predvsem spremembe teže, nosečnost ali starost vplivajo, da koža postopoma izgubi čvrstost in prožnost. Čeprav povešanje kože vpliva na celotno telo, so nekateri deli občutljivejši, hkrati z notranjo stranjo stegen, trebuh in roke. To je mogoče razložiti s počasnejšo proizvodnjo elastina in kolagena. Za preprečitev nastanka celulita je bila med drugimi vedno zelo pomembna zdrava prehrana. Veliko sadja in zelenjave, polnozrnatih izdelkov in postega mesa. Živiljenjsko pomembna živila so zelo koristna za kožo in s tem za preprečitev celulita.

Pri celulitu in gubicah pomaga redni piling

Redni piling s kože odpravlja odmrle celice in nečistoče ter skrbi za zadostno vlaženje. Poleg tega je bistvenega pomena pri odstranjevanju mrtvih kožnih celic, saj tako stimuliramo obnovo kože. Zmes za piling si lahko pripravite sami, in sicer zmešajte pest pšeničnih otrobov z žličko ognjičevega olja.

Otrobi bodo kožo nahranili, olje ji bo dodalo tonus. Doma narejeno mešanico vtrite v kožo s krožnimi masažnimi gibi, nato jo speríte z mlačno vodo.

Če želite kožo zgladiti, jo morate najprej nahraniti

Mazanje kože s hranljivo kremo ali oljem, ki obnavlja in hrani povrhnjico, je odličen način, kako se znebiti ali vsaj zmanjšati gube ali celulit. Če boste takšno nego izvajali najmanj dvakrat na teden, boste spodbudili delovanje elastina in kolagena, ki koži dajeta elastičnost in napetost.

Poskrbite za dovolj maščobnih kislin omega-3

K elastičnosti in obnavljanju kože močno pripomorejo maščobne kisline omega-3, ki doprinesejo k boljšemu vlaženju kože. Zato poskrbite, da boste jedli dovolj hrane, bogate z maščobami omega-3. Na jedilniku naj se torej znajdejo ribe, ribje olje in oreščki.

Redno telovadite

Raziskave kažejo, da imajo tisti, ki se redno ukvarjajo s športom, veliko lepšo kožo kot tisti, ki se nič ne gibajo. Med športno aktivnostjo se namreč pospeši srčni utrip, povečata se pretok krvi po žilah in preskrba s kisikom. Tudi koža tako postane bolje prekrvavljena in dobi več kisika, to izboljša teksturo in barvo kože.

Stimulacija kožnih celic

Lepotni saloni ponujajo terapije, ki jih sami doma ne moremo izvajati. Poleg kakovostnih izdelkov za ciljano nego različnih estetskih težav izvajajo stimulacijo kožnih celic. Pristopi so različni, namen pa vedno isti. Z mehansko stimulacijo ali različnimi valovanji dosežejo, da se celice hitreje obnavljajo in pospešeno tvorijo snovi, ki kožo ohranjajo mlado in zdravo. Dermacevtske kreme vsebujejo učinkovine v mikrodelcih, ki s stimulacijo lahko prodrejo globoko v kožo in delujejo na natančno tistih delih, ki so problematični. Tako lahko učinkovito odpravljajo različne težave – celulit, brazgotine, gube, maščobne obloge in podobno.

Afroditini zlati dečki

Kozmetika Afrodita je v mističnem ambientu restavracije Salon v Ljubljani in družbi simpatičnih zlatih fantov predstavila novo linijo izdelkov za nego obraza Gold 24 Ka. Luksuzni negovalni izdelki vsebujejo delce čistega 24- karatnega zlata, ki v kožo vnašajo pozitivno energijo, z mehkim odsevom svetlobe pa polt ovijejo z razkošnim sijajem in glamuroznim videzom. Ob novi liniji je večer še dodatno »pozlatilo« zlato dekle Kozmetike Afrodita, Nataša Pinoza, miss universe Slovenije 2006. (lj)