

Αντιμετωπίστε τις ρυτίδες!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Πως; Ακολουθήστε τις παρακάτω συμβουλές και γυρίστε το χρόνο πίσω για να αποκτήσετε ένα δέρμα νεότερο σε χρόνο μηδέν!

Να φοράτε αντηλιακό - κάθε μέρα

Ακριβώς όπως το βούρτσισμα των δοντιών σας που το διατηρείτε καθημερινά σαν μια ρουτίνα, έτσι και το αντηλιακό σας θα έπρεπε να το εφαρμόζετε κάθε πρωί. Πρέπει να σας γίνει μια αυτόματη συνήθεια, ακόμα και τις φορές που δεν θα μείνετε για πολύ εκτός σπιτιού. Οι ακτίνες UVA μπορούν να διαπεράσουν το παρμπρίζ και το γυαλί των παραθύρων ακόμη και μέσα από σύννεφα και ομίχλη.

Το αντηλιακό, προστατεύει τα κύτταρα από τις βλάβες, ενώ επιπλέον δίνει στο δέρμα μια ευκαιρία για να κάνει ορατές τις επισκευές σε ήδη κατεστραμμένα κύτταρα.

Αναγνωρίστε τις κηλίδες του δέρματος

Βλέπετε κηλίδες στο δέρμα σας όταν κοιτάξετε στον καθρέφτη, αλλά δεν ξέρετε τι τις προκαλεί; Συμβουλευτείτε το δερματολόγο σας για να εντοπίσετε τον ένοχο. Ορισμένες δερματολογικές παθήσεις, όπως, η σημγματορροϊκή δερματίτιδα, η ψωρίαση και η ατοπική δερματίτιδα, μπορεί να προκαλέσουν κοκκίνισμα του προσώπου σε ελαφρύτερο δέρμα. Σε πιο χρωματισμένες χροιές, η ερυθρότητα εμφανίζεται στην πραγματικότητα ως σκούρες κηλίδες. Και οι δύο μπορούν να δεχθούν θεραπείες με λέιζερ που μπορεί να βοηθήσει να μειωθεί η ερυθρότητα και τα σκοτεινά σημεία.

Χρησιμοποιήστε θεραπείες κατά τη διάρκεια της νύχτας

Οι γιατροί συνιστούν τη θεραπεία του δέρματος το βράδυ, όταν είναι απαλλαγμένο από προϊόντα προστασίας από τον ήλιο και μπορούν αν μείνουν σε επαφή με το δέρμα σας για περισσότερο χρόνο. Δοκιμάστε τον ορό! Αυτά τα συμπυκνωμένα μείγματα βιταμινών, πεπτιδίων, αντιοξειδωτικών και φυτικών προϊόντων, σχεδιασμένα για να αποτρέψουν ή να ελαχιστοποιήσουν τον άνισο τόνο, καθώς και τις λεπτές γραμμές, ρυτίδες και την χαλάρωση του δέρματος.

Πηγή: neadiatrofis.gr