

DOSYĆ!

OBALAMY MITY DOTYCZĄCE PIELEGNACJI

TEKST: HANNAH MORRILL, MAJA MENDRASZEK



MIT

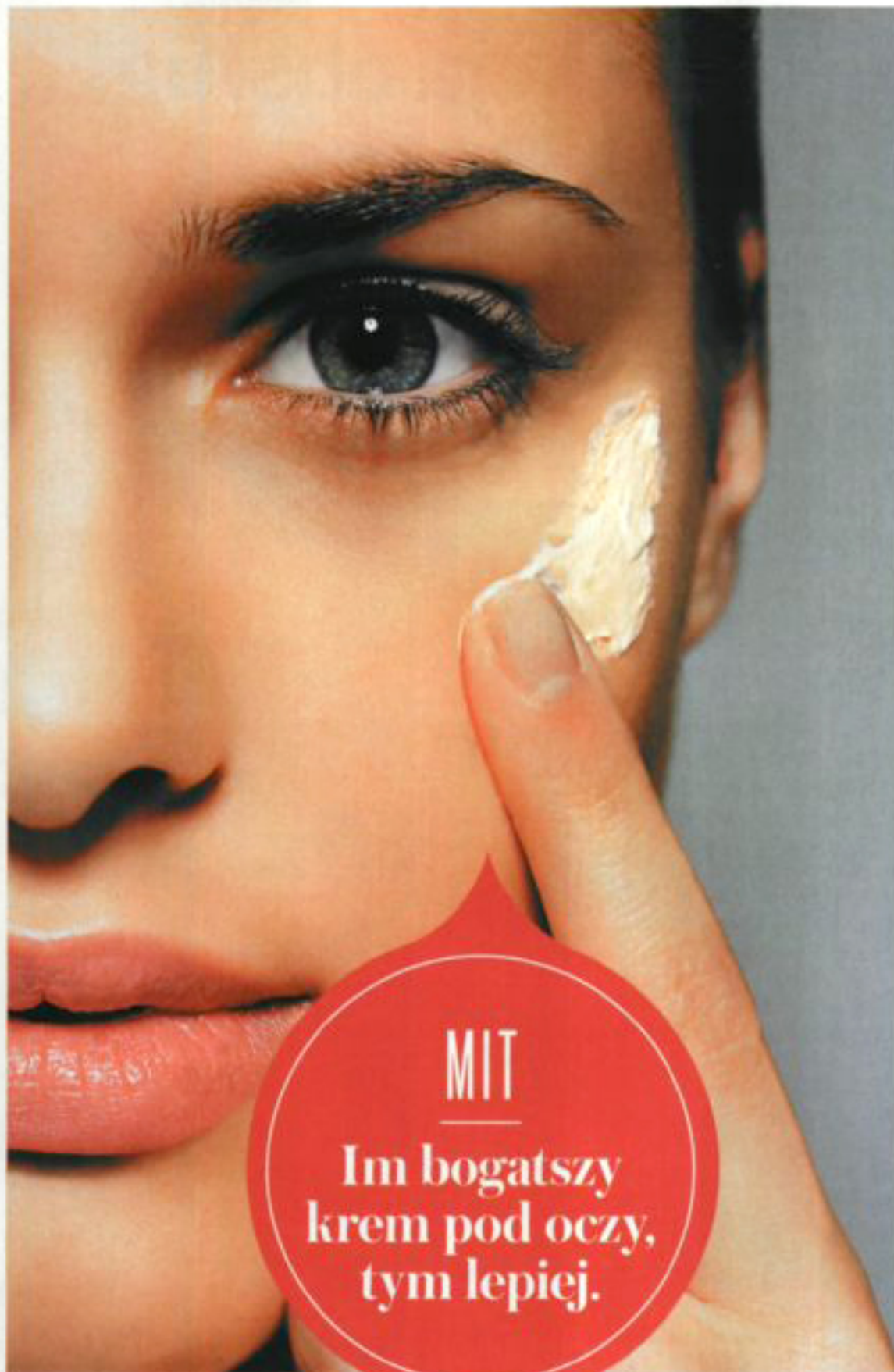
Jedyny sposób
na idealną cerę to
regularne zabiegi
kosmetyczne.

PRAWDA Profesjonalne zabiegi pomogą utrzymać skórę w nienagannym stanie, „ale podstawą jest codzienne oczyszczanie jej w domu produktami dostosowanymi do twojego typu cery – mówi dermatolog Artur Markowski. – Aby zabiegi wykonywane w gabinetach dały trwały efekt, raz w tygodniu sięgnij po piling enzymatyczny oparty np. na kwasach AHA. Złuszczy poszarzały naskórek, rozpuści zaskórniki i zmobilizuje skórę do odnowy”. Obowiązkowo stosuj też krem z wysokim filtrem UV przez cały rok. A latem zero opalania!

WYPRÓBUJ ➤

Medex, żel z 10-proc. kwasami owocowymi Alfa-Hycid, ok. 105 zł, aurumDG.pl;
Avon, aparat do głębokiego oczyszczania twarzy Solutions, ok. 56 zł, avon.pl





PRAWDA Nie dla każdego. Ta metoda sprawdza się tylko w przypadku kobiet, które nie mają problemów z sińcami i opuchnięciami. Przy tego typu skłonnościach bezpieczniej jest sięgać po kosmetyki o lżejszej konsystencji, np. żele. Naturalną cyrkulację krwi i limfy w delikatnej skórze okolic oczu warto wspomóc codziennym masażem. Można też przechowywać krem w lodówce. Schłodzony kosmetyk obkurczy naczynia krwionośne i w widoczny sposób zmniejszy obrzęki. Przy kłopotach z opuchlizną pod oczami warto też wybierać preparaty apteczne albo naturalne, z niewielką ilością składników. Zmniejszy to ryzyko podrażnień.

WYPRÓBUJ



Clinique, krem likwidujący sińce pod oczami Even Better Eyes Dark Circle Corrector, ok. 179 zł, w perfumeriach

MIT

Zęby mają oślepić bielą.

PRAWDA Zbyt białe wyglądają jak sztuczne. „Najlepszy efekt daje nie hollywoodzka biel, lecz kolor, który wygląda naturalnie” – mówi stomatolog Iwona Gnach-Olejniczak z kliniki Unident Union Dental Spa. Najszybciej uzyskamy go w gabinecie: zęby pokrywa się specjalnym preparatem i naświetla tzw. zimnym światłem. Na co dzień genialnie sprawdzają się elektryczna szczoteczka i pasty wybielające.

WYPRÓBUJ Oral-B, szczoteczka Professional Care Triumph 5000, ok. 629 zł, w sklepach AGD



MIT

Podcinane włosy szybciej rosną.

PRAWDA Włosy rosną przeciętnie 1-1,5 cm na miesiąc. I na razie żaden zabieg nie jest w stanie tego zmienić. Regularne podcinanie nie sprawi też, że staną się one mocniejsze. Od tego są odżywki. „Systematyczne wizyty w salonie spowodują, że fryzura będzie zadbana. Włosy będą wyglądać na gęściejsze, bo to końcówki są najbardziej zniszczone i cienkie” – twierdzi fryzjerka Sylwia Habdas z Pracowni Fryzjerskiej.

WYPRÓBUJ Timotei, odżywka do włosów Moc i Błask z ekstraktem z róży z Jerycha, ok. 8 zł, w drogeriach i supermarketach



MIT

Jedyny wybór po 40-stce: szczupła ze zmarszczkami albo gruba z gładką twarzą.

PRAWDA Wcale nie musisz tyć, by mieć gładką cerę. Od czego w końcu jest medycyna estetyczna! „Popularny jest np. miękki lifting kwasem hialuronowym, który kompleksowo modeluje twarz. Kobiety, które wolą delikatniejsze rozwiązania, mogą wybrać mezoterapię lub zabieg Hydrobalans” – mówi dermatolog Marta Hasse-Cieślińska. W domu używaj kosmetyków z kwasem hialuronowym. Wzmocni to efekt zastosowanych zabiegów.

WYPRÓBUJ Eucerin, preparat Hyaluron-Filler Koncentrat, ok. 150 zł, w aptekach

