

FOR LIFE STYLE

O životním stylu a kosmetice

■ **ANTIOXIDANTY**
V KOSMETICE

■ **KOSMETICKÁ**
OŠETŘENÍ

ANEB NENÍ PÉČE JAKO PÉČE...

■ Odborník radí:

Kožní
ekzémy

JAK ULEVIT KŮŽI?

■ **CHLADOVÁ**
ALERGIE

CO NA NI ŘÍKÁ NAŠE KŮŽE?

■ **KOSMETICKÁ**

VÝBAVA,

KTERÁ VÁM NESMÍ CHYBĚT!

ANTIOXIDANTY V KOSMETICE



Antioxidanty náš organismus jednoznačně potřebuje, možná dokonce více, než bychom si mohli myslet. Setkat se s nimi můžeme stále častěji i v kosmetice, včetně té nejmodernější. Proč tomu tak je, v jaké podobě jsou našemu tělu nejprospěšnější a jak je co nejvíce využít? Exkurze do světa antioxidantů ve všech podobách může začít.

Antioxidanty jsou charakterizovány jako látky chránící náš organismus proti takzvanému oxidačnímu stresu, tedy procesu, kdy vlivem působení volných radikálů může dojít k poškození různých struktur našeho těla. Tyto látky zároveň podporují sílu imunitního systému, neutralizují volné radikály a pomáhají tělo udržovat v rovnováze. Bez jejich pomoci by se totiž volné radikály v organismu vázaly a poškozovaly by zdravé buňky, což by následně mohlo vést k celé řadě onemocnění.

Ať chceme či ne, volné radikály se v našem těle vždy po určité době objeví. Dostávají se do něj, jak z vnějšího prostředí, jako je například znečištěné ovzduší, kouř, smog, ale třeba i vlivem kouření, slunečním zářením nebo nevhodnou stravou. Stejně tak dovedou vznikat i přímo v organismu.

Za jejich vznikem mohou stát například záněty, stres, narušený metabolismus nebo oslabený imunitní systém. Proto je třeba s nimi bojovat, a právě antioxidanty jsou pro tento boj přímo stvořeny.

Antioxidanty a jejich pozitivní dosah

Antioxidanty nám mohou pomoci od celé řady problémů, které by při jejich nedostatku volné radikály napáchaly. Jsou to například cévní a srdeční onemocnění, včetně infarktu, mrtvice, dokáží zpomalit proces stárnutí buněk, předchází riziku vzniku rakoviny, přispívají k detoxikaci jater a tlustého střeva a pozitivně působí na nervový systém i kvalitu naší pleti.

Bez dostatečného množství antioxidantů naše tělo nezvládne dlouhodobě správně fungovat. Nejprve můžeme začít pociťovat únavu, nechuť do jakékoli aktivity, kterou můžeme někdy nazývat depresí, poté se často přidává například zhoršení stavu pleti, vznik drobných vrásek a v pozdější fázi i zdravotní problémy, jako je například vysoký krevní tlak, stravovací obtíže, problémy se zrakem a pochopitelně i potíže s imunitním systémem.

Nejkvalitnější zdroje antioxidantů

Naše tělo si antioxidanty jako takové vyrobit neumí, proto je třeba je přijímat externě. Tedy ideálně ze správné stravy, která by měla tvořit základ. Nalezneme je v celé řadě ovoce, zeleniny a třeba i v luštěninách. Zde sice náš organismus nedokáže získat 100% podíl těchto látek, ale díky přírodnímu zdroji, jakým ovoce a zelenina je, se tento způsob čerpání považuje za nejvhodnější.

Antioxidanty je možné získat i v podobě speciálních doplňků stravy, ale vzhledem k časté chemické úpravě bychom se neměli při jejich konzumaci spoléhat jen na tablety. Pokud je chceme touto formou konzumovat, měly by být spíše doplněním ke konzumaci ovoce a zeleniny, například v zimních měsících.

Skvělou, a možná ne tolik známou formou, je pak zisk antioxidantů prostřednictvím pečující pleťové kosmetiky. Právě kombinace vnější a vnitřní konzumace je považována za nejideálnější.

A v jakých potravinách můžeme antioxidanty nalézt? Seznamte se s jejich drobným přehledem.

- Borůvky
- Ostružiny
- Hroznové víno
- Maliny
- Meloun
- Kustovnice čínská (goji)
- Plody Acai berry
- Brusinky
- Jahody
- Jablka
- Brokolice
- Kapusta
- Lilek
- Česnek
- Paprika
- Mrkev
- Špenát
- Fazole
- Zelený čaj
- Kopr
- Máta
- Rajčata



TIPY
pro Vás...



Kromě těchto potravin jsou dalšími zdroji antioxidantů také vitamíny A, B6, C a E, dále například beta-karoten, beta-glukan, selen nebo zinek.

Antioxidanty a kosmetika

Skutečný účinek antioxidantů odhaluje v poslední době i moderní kosmetologie, a tak se antioxidanty postupně stávají nedílnou součástí řady kvalitních pečujících krémů. Výhodou kosmetických přípravků s antioxidanty je jejich přímé působení na pleť v místě aplikace, a dále i jejich pronikání do organismu, skrze póry. Dochází tak ke znásobení jejich účinků, které když se navíc propojí s vhodnou stravou bohatou na tyto látky, vytvoří dokonalý detoxikační „koktejl“.

Kosmetika s antioxidanty má pochopitelně největší přínos pro pleť jako takovou. Jednak na ni přímo působí, ale hlavně pečuje o pokožku a kožní buňky, které regeneruje, zbavuje je škodlivých volných radikálů a zároveň dodává energii i žádoucí anti-age efekt. Ideální je například kosmetika, kde jsou kromě látek obsahujících antioxidanty zastoupeny i hydratační složky, které celkově pleť podpoří a zpomalí i procesy stárnutí. Při volbě vhodné kosmetiky s antioxidanty je pak třeba sledovat hlavně účinné látky, jako například zinek, výtažek ze zeleného čaje, hroznového vína (jeho šťávy nebo oleje z jader) nebo vitamíny A a E.

Antioxidanty proti pleťovému stresu

Antistres Lifting Sérum

s antioxidanty a hydrokomplexem

Příjemné sérum obsahující výtažek ze zeleného čaje, kyselinu hyaluronovou, beta-glukan, vitamín E nebo olivový olej skvěle vypne a zjemní pleť. Antioxidant v podobě výtažku ze zeleného čaje se postará o detoxikaci pleti a bojuje i proti volným radikálům. Sérum pleť zároveň osvěží a rozjasní.

497 Kč / 20.90 EUR / 30 ml www.forlifemadaga.com

Vinnou révou k sametové pleti

Grapevine Line Therapy Cream

s antioxidanty, vinnou révou a přírodními oleji

Ryze přírodní krém založený na vinné révě a výtažku ze šťávy hroznů, BIO mandlovém oleji a oleji z hroznových jader, BIOsacharidu nebo bambuckém másle zajistí pleti sametový vzhled, poskytne ji anti-age efekt a dodá potřebnou energii i ochranu kožních buněk. O to se postarají právě antioxidanty obsažené v přírodních olejích lisovaných za studena. Ideální pro všechny typy pleti kromě velmi mastné.

566 Kč / 23.20 EUR / 50 ml www.forlifemadaga.com

KOSMETICKÁ OŠETŘENÍ

ANEB NENÍ PÉČE JAKO PÉČE...

Pro většinu žen je dokonalý vzhled základem, a tak dnes už naštěstí neexistuje snad žádná, která by o svoji pleť nepečovala a nedopřála si alespoň klasický hydratační nebo anti-age krém. Domácí péče je tedy opravdu prvním krokem ke kráse a zdraví pleti, pochopitelně, za podmínky, že skutečně užíváme kosmetické přípravky vhodné pro náš typ pleti. Na druhou stranu - jen samotná domácí péče k dokonalosti pleti nestačí, a tak je čas od času žádoucí svěřit se do rukou odborníků. Takovou hodinku nebo dvě v rukou profesionálů totiž nedokáže nic nahradit. Přesvědčte se, že salonní péče je dokonalým doplňkem vašich každodenních procedur a zároveň přináší nadstandard, který bychom si v domácí péči dopřát nemohli.

Profesionální kosmetická péče jako samozřejmost

Letitá praxe, zkušenosti, a hlavně špičkové pracoviště vybavené nejmodernějšími technologiemi je to, co odlišuje odborníka od amatéra. Přesto všechno, řada žen s návštěvou kosmetického salonu stále otálí. Většina z nich říká, že si umí pomoci a ošetřit pleť sama, bez rad kosmetiček, jiné se možná jen stydí a další se domnívají, že ještě nejsou tak staré, aby chodily pravidelně na kosmetiku. Všechny tyto argumenty jsou však jen předsudky a patří spíše do oblasti mýtů.

V dnešní době, jako součást moderní péče o pleť, si profesionální ošetření může dopřát 20-ti letá slečna, stejně jako žena ve zralém věku a zdaleka se nemusí jednat jen o kosmetickou proceduru před významnou událostí jako je např. maturita, promoce či svatba.

Základ jakékoli kosmetické péče, včetně té domácí, je totiž správná diagnostika pleti. Právě v tomto kroku dělá mnoho žen celou řadu chyb. I když se snaží rozpoznat svůj typ pleti a používat ty nejlepší kosmetické přípravky, často se potýkají s kožními problémy. Přitom je to tak snadné - správná diagnostika pleti bez užívání zbytečného množství nesourodých krémů různých značek. Mnohdy tak jediná návštěva ve specializovaném centru s diagnostikou a doporučením kosmetických přípravků udělá více, než neustálé experimentování a vyhledávání těch nejluxusnějších a nejdražších novinek.

A ruku na srdce, v běžných obchodech se nám většinou nedostane odborných rad ohledně kosmetiky, jako je tomu právě v salonu. Navíc v kosmetických studiích je aplikována profesionální kosmetika, kterou běžně nekoupíme, protože patří pouze do rukou odborníků. Pak už většinou stačí jen pravidelné návštěvy a absolvování procedur dle typu pleti nebo aktuálního období a o vše je postaráno. Kosmetičky



Nejmodernější technologie profesionální kosmetiky

Ruce kosmetičky a její znalosti vycházející z letité praxe nemůže nic nahradit. Pokud se ale tyto znalosti a přístup spojí s moderními přístroji v oblasti pečující kosmetiky, je jedinečný výsledek předem zajištěn. A jaké to například jsou?

BEZJEHLIČKOVÁ MEZOTERAPIE

Jeden z nejmodernějších přístrojů pro profesionální péči 21. století, určený do kosmetických salonů. Přístroj disponuje radiofrekvenčními proudy, galvanickými proudy, cooling aplikátorem i aplikátorem na přenos sér a aktivních látek, díky kterému je péče ještě účinnější a působí hluboko v pleti.

GALVANIZACE PLETI

Jedná se o speciální přístroj, díky němuž je možné udržet pleť mladou, a který dosahuje jedinečného anti-age efektu. Galvanický proud totiž proniká do všech vrstev kůže. Navíc pleť zbaví také toxických látek a dovede i štěpit buňky.

OZONIZÉR PLETI

Opět jeden z nejmodernějších přístrojů pro profesionální kosmetickou péči současnosti. Dokáže skvěle redukovat a léčit akné, pleť také viditelně omlazuje, má jedi-

nečný anti-age efekt a velkým pozitivem zejména pro problematickou pleť je i jeho antiseptický a antibakteriální účinek.

ULTRAZVUK

Ultrazvukové ošetření a čištění pleti je také jedno z nejdůležitějších kroků v přístrojovém ošetření. Jedná se o moderní, neinvazivní a bezbolestné hloubkové čištění pokožky za pomoci ultrazvukové špachtle.

LASER

Další nezbytný přístroj v kosmetologii, který dokáže pokožku hloubkově regenerovat. Pleť tak získá novou energii a prakticky dojde k jejímu restartu. Laser dokáže pleť sjednotit, zbavit nedokonalostí a dokonce má i pozitivní vliv při léčbě akné.

s letitou praxí překontrolují, zda domácí péče probíhá jak má a zda pleť reaguje správně bez nejmenších problémů.

Pravidelná profesionální péče by tak měla být pro každou ženu samozřejmostí, ať už na samém začátku z důvodu diagnostiky a takzvaného hledání se nebo pak pro dopřání si profesionální péče, která stav pleti jen podpoří a stane se pomyslným kosmetickým vrcholem.

Zdravé, mladistvé a pěstěné pleti docílíte kombinací správné každodenní domácí péče a pravidelných návštěv kosmetického studia - ideálně jednou za 4 týdny.

Pokud se tedy příště budete rozhodovat, zda navštívit kosmetický salon, mějte na paměti, že ošetření kombinující práci kosmetiček, které jsou úzce specializované na váš problém, by si jednou za čas měla dopřát každá žena. Opravdu totiž nejde jen o luxus, ale v dnešní době o nezbytnou součást každodenní péče o pleť.

Kosmetická ošetření

Odborník radí:

Kožní ekzémy

JAK ULEVIT KŮŽI?



Našemu odborníkovi, **RNDr. Josefu Skalníkovi**, jsme položili několik dotazů týkajících se ekzémů, jejich průběhu i správné prevenci vedoucí k co největšímu možnému útlumu onemocnění. Možná zrovna v jeho odpovědích naleznete i radu na váš problém, a především doporučení, jak se správně chovat do budoucna, ať už jste přímo pacient nebo takovouto osobu máte ve své blízkosti.

Krásná a zdravá pleť je sice trendem dnešní doby, bohužel však, ne každému byla přána.

A tak je mezi námi stále vyšší počet osob, které se potýkají s problémy kůže. Z těch nejzávažnějších jsou například ekzémy – tedy chronický kožní zánět, jehož původ není do dnešního dne plně objasněn. O to problematičtější je pak jeho léčba, přesněji řečeno zmírnění projevů, protože na ekzémy jako takové skutečný komplexní lék stále neexistuje. Život osob trpících ekzémy je poměrně složitý a o to důležitější je proto správná péče a alespoň základní znalost několika pravidel, jak narušené kůži ulevit. Nakonec, i drobné porušení prevence se pak může na kůži podepsat a rozvinout onemocnění do razantních rozměrů.

Odpovídá RNDr. Josef Skalník, Brno

Jak na své kůži poznáme ekzém tak, abychom ho nezaměnili s jiným kožním problémem?

Kožní ekzémy bohužel patří mezi moderní civilizační choroby. Ekzémů je celá řada, nejčastější z nich jsou: zánět kůže vlivem dráždivých nebo toxických látek, kontaktní alergický ekzém, mikrobiální ekzém, seboroický ekzém, solární ekzém, atopický ekzém. Vyznačují se extrémně suchou pokožkou, zarudnutím a svěděním, někdy je kůže v narušeném místě dokonce i zduřelá. Zde se hlouběji budeme věnovat ekzému atopickému. U většiny pacientů se objeví již v dětském věku, během dospívání má tendenci mizet nebo se stav stabilizuje a zmírňuje. Není ale výjimkou, že se s ekzémy potýkáme i celý život. V tomto případě se mohou střídát stavy, kdy je ekzém v klidu a pak jeho bujení plně propukne. S diagnostikou a léčbou by ale v každém případě měl pomoci lékař.

Jsou ekzémy dědičné nebo jimi může onemocnět prakticky kdokoli?

Právě to je otázka, na kterou současná medicína stále nezná odpověď. Dědičnost samozřejmě hraje roli, podobně jako u celé řady dalších onemocnění - zde dokonce až zhruba do výše 80%, ale stále častěji se můžeme setkat s pacienty, v jejichž rodinách ekzémy nikdo netrpí. U někoho se pak mohou rozvinout v období dospívání nebo dospělosti.

radíme...

Psychická zátěž bývá častým spouštěčem onemocnění. Někdy, hlavně u dospívajících, může onemocnění vyvolat i nesprávná strava nebo azobarviva užívaná v různých nápojích. Vliv může mít ale i kombinace více faktorů, jako je např. narušená imunita s nevhodnou stravou, kouření nebo život ve znečištěném prostředí.

Jak co nejúčinněji s ekzémy bojovat?

Ekzémy jsou většinou chronického charakteru. Jedná se o problematiku, na kterou zatím žádný zázračný lék neexistuje. Léčba tedy spočívá v tom, co nejvíce ekzémové projevy utlumit a kůži pacienta stabilizovat. Zde nelze poradit jeden správný postup, jelikož klíčem k co největšímu navrácení kůže do normálu je kombinace celé řady zásad. Člověk si v první řadě musí svoje onemocnění uvědomit a chovat se k němu zodpovědně. Taková osoba by se měla snažit vyvarovat nejrozličnějším alergenům, ať už v přírodě, přirozeném prostředí v domácnosti i v jídlu. Pozor si také musí dát na roztoče, prach, pyl a vyvarovat se výrazně barveným pokrmům či nápojům, ale třeba i pálivým či jinak silně kořeněným jídlům. Pozornost musí věnovat i vlastní hygieně, kdy se nedoporučují dlouhé koupele, a už vůbec ne v horké nebo naopak studené vodě. Rizikovým faktorem může být i pocení nebo oděvy z hrubého nebo umělého materiálu, to vše může atopickou kůži dráždit. Samotnou kapitolou je pak období jara a podzimu, kdy se nelze vyhnout střídání teplot, které dávají výrazně zabrat i zdravé kůži.

Právě tyto měsíce jsou bohužel obdobím, kdy se stavy ekzémů zhoršují.

Jak může osobě trpící ekzémy pomoci jeho okolí?

Okolí atopika, rodina a přátelé, by měli mít alespoň základní povědomí o jeho nemoci. Měli by si uvědomit, že mají ve své blízkosti osobu, která bojuje s nějakou chronickou nemocí. Ne každá zábava je totiž pro takovou osobu vhodná. Stav nemoci může zhoršit i konzumace alkoholu nebo pobyt v zakouřených místnostech, dokonce i nadměrná fyzická aktivita, po které se člověk nemůže ihned osprchovat. Je proto vždy lepší volit takové možnosti a varianty, které nejsou pro atopika rizikové.

Někteří z nás v podzimních a zimních měsících pravidelně odjíždí na exotické dovolené. Jak by se měl pacient s ekzémem chovat v tomto prostředí a destinacích?

V tomto případě platí prakticky stejné zásady jako u nás v době léta. Pacient by měl být vybaven kvalitním opalovacím krémem s vysokým ochranným faktorem. V tomto případě bych doporučil poradit se přímo s dermatologem a určitě se neřídit reklamou nebo nevybírat nahodile v drogerii. Krémy by měly být pochopitelně určeny na citlivou pokožku, neměly by ji nijak zatěžovat a samozřejmě by měly být dermatologicky testovány.

Atopikům často vyhovují i dětské opalovací krémy. Důležité jsou však i další přípravky,

které zamezí například svědění, pokožku zklidní a ochrání po opalování (např. 2Derm REHA).

A samozřejmě, pokud to bude jen trochu možné, tak se vyhnout nadměrnému pocení, nošení oděvů, které na pokožce škrábou, ale třeba i dlouhému slunění nebo pobytu ve vodě. Doporučil bych omezit i konzumaci exotických pokrmů a určitě pít jen balenou vodu.

Zmínili jste i to, že ekzémy se nejvíce zhoršují na jaře a na podzim. Jak o takovouto kůži tedy v nejbližším období pečovat?

Ano, jaro a podzim jsou pro naši kůži skutečně nejvíce rizikové a u osob trpících ekzémy, lupénkou a dalšími kožními problémy to platí mnohonásobně. Vše je způsobeno střídáním teplot, na které naše kůže reaguje, dochází k úbytku ceramidů a při narušené kožní bariéře navíc mohou do pokožky pronikat škodliviny a toxické látky. Zde bych kromě správného chování apeloval hlavně na co nevhodnější péči. Ideální je používat například bariérové krémy, které na pokožce vytvoří ochranu, tedy jakýsi štít, pod kterým se může hojit a zároveň je zamezeno ztrátě hydratace (např. přípravky 2Derm nebo Lanomed). A opět platí, že pokud se stav onemocnění zhorší výrazně, je třeba vyhledat lékaře, který by měl mít onemocnění a jeho průběh pod kontrolou.

CHLADOVÁ ALERGIE

co na ni říká naše kůže?

Všem nám je známa alergie na pyl, na roztoče, na peří, zvířecí srst, na určité potraviny nebo složky jídel, ale alergie na chlad už zřejmě ne. Přesto však skutečně existuje! Diagnóza, o jejíž existenci většina z nás nemá ani tušení, dovede vyvolat rozsáhlé zdravotní obtíže na pokožce, kterých se postižený jen problematicky zbavuje. Seznamte se proto se skutečnou alergií na chlad, zjistěte, jak se naše tělo chová a poznejte i jednoduchý test, jak ji právě u sebe odhalit nebo vyvrátit.

Chladová alergie nepatří mezi pojmy, o kterých by se ročně popsaly desítky stránek módních časopisů, přesto však představuje závažný problém. Obecně lze tento stav charakterizovat jako přecitlivělost na zimu, mraz, ale i studenou vodu. Obvykle se na pokožce projevuje při teplotách pohybujících se okolo 0° C a nižších, výjimečně se pak může objevit již v okamžiku, kdy se ručička teploměru dotkne 10° C.

Bohužel, jak rychlý je její nástup a propuknutí, o to obtížnější je pak odeznění. Průběh této alergie je většinou dlouhodobého rázu, trvajícího řadu let. S příchodem jara a léta, kdy se teploty opět vyšplhají výše, se většinou její průběh zlepšuje, někdy se dokonce může stát, že v tomto období úplně vymizí, což se pak opět změní s příchodem podzimu a pádem teplot k 0° C.

Jak odhalit alergii na chlad?

Díky relativní neznámosti tohoto typu alergie jsou často její příznaky přepisovány zcela jiným stavům. Někdy má člověk pocit, že jde o obyčejnou vyrážku způsobenou například nevhodnou stravou nebo třeba jen zvýšenou citlivostí jeho pokožky.

Chladovou alergii můžeme rozpoznat na odhalených částech těla, tedy těch, které jsou přímo vystaveny působení zimy, chladu a mrazu,

a to například na ruku, obličej či krku. Kůže je na těchto místech zarudlá, podrážděná, má sklony k praskání nebo se na ni mohou projevit i drobné otoky.

Alergie se většinou objeví po několika málo minutách pobytu v takovémto prostředí, někdy se aktivuje například i při změnách prostředí a jeho teplot, tedy po příchodu z tepla do zimy a naopak. Projevuje se však výhradně na naší pokožce, což je třeba pro její odhalení mít na paměti. Někdy jsou totiž běžné virózy, které s chladným počasím přichází ve větší míře, nesprávně zaměňovány právě s chladovou alergií.

Proto, abychom se ujistili, že trpíme anebo naopak netrpíme chladovou alergií lze provést jednoduchý test, který zvládneme v běžném



domácím prostředí. Stačí si připravit vodní lázeň s ledem, zhruba o teplotě 10° C a ponořit do ní ruce po dobu 10-ti minut. Pokud se naše kůže ani po chvíli od ukončení testu nevrátí do normálu, bude podrážděná, zarudlá nebo dokonce oteklá, trpíme právě chladovou alergií.

Zásady správného chování při chladové alergii

Ani při chladové alergii nesmíme opomíjet fakt, že jde o onemocnění, které je třeba řešit obdobně jako jiné alergie. Při neléčení nebo nerespektování zásad správného chování můžete totiž skončit s vážnými následky. V první řadě by osoba, která má podezření na chladovou alergii měla navštívit lékaře, který doporučí nejvhodnější léčbu, prevenci a případně pacienta odešle k podrobnějším testům na další možné alergie. Podceňovat rozhodně nesmíme ani správné oblékání v zimních měsících. Zakrýt bychom se měli snažit co největší procento pokožky, která by jinak zůstala odhalená. Nutností tak jsou rukavice, čepice nebo čelenky, případně kapuce a nákrčníky, kterými lze zakrýt i značnou část obličejových partií tak, abychom předešli zbytečnému dráždění pokožky.

V rámci možností je také doporučeno vyhýbat se prudké změně teplot. Tedy pokud nás čeká například cesta do práce nebo školy, je ideální tělo postupně zvykat na nízkou teplotu, například tak, že se z vyhřáté místnosti přesuneme do chodby nebo k otevřenému oknu. Tedy umožnit našemu tělu pozvolna se vyrovnat se snižující teplotou a teprve pak vyjít do chladného venkovního prostředí.

A pochopitelně, zcela zásadní je i užívání ochranné pečující kosmetiky - to se týká zejména obličejových partií. Musíme mít na paměti, že tělo a ruce můžeme zahalit do vrstvy teplého oblečení, ale pleť zůstává takzvaně „nahá“.

alergie...



Ideální volbou jsou tedy především bariérové krémy (např. 2Derm), které na pokožce dokáží vytvořit ochrannou vrstvu. Doporučeno je využívat jak transparentní krémy, které lze aplikovat na pokožku celého těla, tak i speciální tónovací krémy, které jsou vhodné pro partie obličeje, kde prakticky plní roli make-upu a zároveň pleť chrání. A nic rozhodně nezkazíme ani aplikací krému pro velmi citlivou, narušenou nebo suchou pokožku. Jediné, na co musíme dát pozor je fakt, aby všechny tyto přípravky byly od jedné kosmetické značky, a to z důvodu synergie užitých aktivních látek. Pokud bychom použili mix přípravků různých značek, vystavujeme se riziku, že naši kůži spíše zatíží, než aby jí pomohly. Nepsanou nutností je pak aplikace ochranných krémů minimálně 20 minut před tím, než vyjdeme do chladného venkovního prostředí. Je to z důvodu, aby je naše pokožka stačila absorbovat a mohly ji tak skutečně poskytnout ochranu.

Zima je pro kůži mnohdy opravdovou pohromou. Buďme proto obezřetní, zvláště v případě, že trpíme problematickou pokožkou anebo právě chladovou alergií a pokusme se toto období přežít s co nejmenšími ztrátami a útrapami. Vždy totiž platí, že kůži máme jen jednu, a proto ochrana a péče je základem, za který se nám pokožka mnohonásobně odvděčí.

TIPY
pro Vás...

Připomeňte si kosmetické přípravky, které se vám na zimní období budou hodit.

Tónovací krém s ochranným štítem

2Derm Colour

bariérový krém se zlatavým pigmentem

Speciální bariérový tónovací krém se zlatavým pigmentem je vhodný místo make-upu pro všechny, kteří trpí narušenou a hypercitlivou pokožkou. Krém výborně sjednotí pleť, kryje drobné nedokonalosti a zároveň pokožku ochrání před působením vnějších vlivů prostředí.

642 Kč / 26.80 EUR / 50 ml
www.forlifemadaga.com

Rehabilitace akutně narušené kůže

2Derm REHA Special

rehabilitační krém na bázi zinku a talku

Krém fungující na principu vytvoření dočasné náhrady kožní bariéry je stvořen pro všechny, kteří bojují s výraznými kožními problémy a onemocněním. Pleť v narušených místech ošetřuje a umožňuje rychlé hojení.

850 Kč / 34.70 EUR / 100 ml
www.forlifemadaga.com

Ochrana citlivé pleti

2Derm maska Protective

bariérová maska pro rychlou ochranu a obnovu pleti

Ochranná maska určená pro rychlou obnovu poškozené pokožky zmírňuje svědění, pozitivně působí i na podrážděnou pleť, snižuje suchost kůže a celkově se podílí na rychlejší regeneraci. Pleť zároveň chrání před vnějšími vlivy prostředí a jejich neblahému působení na kůži.

299 Kč / 12 EUR / 18 ml
www.forlifemadaga.com

KOSMETICKÁ VÝBAVA, která vám nesmí chybět!



Tipy na nejbližší období...

Slunečné dny jsou téměř pryč a nastává nestálost počasí. S tím se musí vyrovnat především naše pleť, která tyto změny může nést velmi komplikovaně. A co teprve, pokud je citlivá nebo problematická? Obrňte se proto pořádnou dávkou těch nevhodnějších kosmetických přípravků, které zajistí pokožce komfort i v době, kdy trpí nejvíce.

Přinášíme tipy, které by ve vaší kosmetické taštičce neměly během následujících týdnů a měsíců chybět.

Náhradní kožní bariéra jako ochranný štít

Jedinečným pomocníkem v boji s nestálým počasím, střídáním teplot a ztrátou hydratace se stane bariérový krém **2Derm Transparent** od For Life & Madaga. Jediný přípravek svého druhu v Evropě dokáže na pokožce vytvořit náhradní bariérovou vrstvu, pod kterou se může narušená kůže hojit, zamezí pronikání škodlivin do kůže, a naopak úniku vláhy z ní. Ideální je zejména pro osoby s narušenou a citlivou pleť nebo pro ty, kteří bojují s ekzémy, lupénkou a dalšími kožními problémy.

642 Kč / 26.80 EUR / 50 ml

www.forlifemadaga.com



První pomoc vysušené a popraskané kůže

Naprostou nezbytností, bez které se neobejdou osoby se suchou, praskající nebo odlupující se kůží je speciální přípravek pro celou rodinu **Lanomed Mast**. Vyvinut byl přímo k ošetření citlivé pokožky obličeje i těla. Zvládne tak jemně pomoci například s popraskanými rty, zvláčením citlivé pokožky nebo ošetřením drsné kůže. Obsahuje 99% přírodní Medilan, který je známý svými zklidňujícími a regeneračními účinky a na citlivou pokožku působí doslova jako balzám.

184 Kč / 7.70 EUR / 18 ml

www.forlifemadaga.com



Zelený čaj a vitamín E proti stresu pleti

Ideálním společníkem pro podzimní měsíce se stane **Antistres Lifting Krém** od For Life & Madaga. Přípravek obsahuje extrakt zeleného čaje, vitamin E nebo kyselinu hyaluronovou, tedy účinný komplex látek, který pokožku dokonale vyčistí, odstraní z ní volné radikály, vyhladí a dodá jas a svěžest. Díky detoxikaci se pleť opět probudí k životu a získá potřebnou energii.

429 Kč / 17.90 EUR / 50 ml

www.forlifemadaga.com



Dokonalá pleť v jednom tónu

Ani během chladných dnů se nemusíte vzdát touhy po bezchybné a sjednocené pleti. Stačí se vybavit **Tónovacím krémem** obsahujícím barevné pigmenty a o dokonalý vzhled pleti máte postaráno. Krém navíc skvěle hydratuje a jemně skrývá nedokonalosti, bez toho, aniž by pokožku jakkoli zatěžoval nebo ucpával póry. Lze jej užívat i jako náhradu denního krému, u extrémně suché pleti lze aplikovat na denní krém.

334 Kč / 14 EUR / 50 ml

www.forlifemadaga.com



Bohatý krém pro náročné období

Dopřejte si během jednoho z nejnáročnějších ročních období skutečnou péči, hýčkaní a svěžest. Díky exkluzivnímu přípravku **Remodelling Cream Biological** od For Life & Madaga, který respektuje přirozené procesy pleti, bude vaše pleť hýčkaná bez pocitu napětí, nepříjemné suchosti nebo nadměrné mastnoty. Pleť tak působí dokonalým a přirozeným dojmem. Ideální je jako denní i noční krém.

799 Kč / 33.90 EUR / 50 ml

www.forlifemadaga.com



Kosmetická výbava

Krásné nehty jako ten nejlepší doplněk

Během podzimu dostanou pořádně zabrat i naše ruce a nehty. V péči nám pomůže **Regenerační emulze na nehty** od For Life & Madaga, která obsahuje kalcium, panthenol a čajovníkový olej. Skvěle se tak postará nejen o výživu nehtů samotných, ale podpoří i regeneraci nehtového lůžka. Pozitivně působí i proti lámání nehtů, jejich třepení nebo záděrům, se kterými v tomto čase hojně bojujeme.

177 Kč / 7.50 EUR / 18 ml

www.forlifemadaga.com



Řekněte sbohem rozšířeným žilkám

Přechody ze zimy do tepla jsou strašákem zejména pro jemné žilky, které se musí vyrovnat s neustálým stahováním a rozšiřováním. Aby s tímto problémem nemuseli bojovat více než je nutné, vezměte si na pomoc unikátní **sérum Ectasin**. Přípravek obsahuje escin, rutin, silikonový olej nebo panthenol, které napomáhají ke zpevnění tenkých cévních stěn a podpoře mikrocirkulace. Vysoce koncentrovaná směs má tak viditelné účinky a v případě nutnosti ji lze užívat i dlouhodobě.

594 Kč / 25 EUR / 30 ml

www.forlifemadaga.com

Stop nepříjemnému pnutí kůže rukou

Již nemusíte trpět nepříjemným pnutím pokožky. Skvělým pomocníkem bude **Krém na ruce** od For Life & Madaga obsahující měsíčkový olej, silikonový olej a glycerin, které dlouhodobě udrží pokožku rukou jemnou a vláčnou. Krém má příjemnou texturu, rychle se vstřebává a nezanechává nepříjemný mastný film. Ideální je pro každodenní péči, zejména před pobytem venku nebo po mytí rukou.

205 Kč / 9 EUR / 100 ml

www.forlifemadaga.com



Příště se dočtete...



IMUNITA A PLEŤ

V zimních měsících je pro nás zásadní právě naše imunita, tedy jakýsi ochranný štít proti všem virózám a dalším škodlivinám, které nás ohrožují. Ani naše pleť však v tomto ohledu nestojí stranou. Věděli jste, že existuje pojem imunita pleti? Co to je, jaký má na nás vliv a jak souvisí s imunitou našeho organismu jako celku? Nahlédneme společně do problematiky imunity v zimních měsících a zjistíme i to, proč nezanedbávat ochranu naší pokožky. Dočtete se už v dalším čísle!

PÉČE O OČNÍ OKOLÍ aneb není kůže jako kůže

Anti-age nebo hydratační krémy se pro nás staly samozřejmostí. Na co ale často zapomínáme je citlivá pleť očního okolí. Buď se jí nevěnujeme vůbec, nebo péči o ni odbijeme krémem, který používáme na celou pleť. Proč tedy i přesto, že velmi dobře víme o přípravcích k tomu speciálně vyvinutých, většinou patří mezi ty méně používané?

Vysvětlíme si zákonitosti péče o oční okolí i fakt, proč si zaslouží důkladnou péči. Více v příštím vydání!

Odborník radí:

PLEŤ DLE VĚKU

jak volit nejvhodnější kosmetiku?

Lidská pleť se chová jinak ve 20-ti letech, jinak ve 30-ti letech a pochopitelně jinak i po 45-tém roku věku. Bohužel na tento obecně známý a logický fakt často při výběru kosmetiky zapomínáme, čímž si můžeme způsobit celou řadu problémů. Proč není pro 20-ti letou slečnu vhodné volit přípravky na zralou pleť a proč dámě po čtyřicítce už nestačí přípravky na první vrásky? Náš odborník objasní, proč je správná volba kosmetických přípravků tak důležitá a odhalí pár tipů, kterými se můžete při výběru kosmetiky řídit. Zjistíte v následujícím čísle!

KOSMETICKÁ VÝBAVA, která Vám nesmí chybět

Rok 2017 vrcholí. Nastává období plné společenských událostí, večírků a setkávání se.

Představíme proto tipy na přípravky, které by vám v tomto slavnostním čase neměly chybět a hlavně díky kterým zajistíte své pokožce zdraví, krásu i náležitý komfort. Dočtete se v dalším vydání!

Ve 14. vydání FOR LIFE STYLE se seznámíte s novinkami a aktuálním děním ze společnosti For Life & Madaga, výrobce české profesionální kosmetiky na francouzských základech. Přiblížíme vám i chystané aktuality, na které se můžete těšit v nejbližší době.

NOVĚ JSME OTEVŘELI!

PORADENSKÉ CENTRUM ESTETICKÉ KOSMETIKY FOR LIFE & MADAGA

Posláním našeho centra je poskytovat poradenství a profesionální ošetření maloobchodním i maloobchodním zákazníkům.

Odborný přístup společně s pokrokovou péčí a nadčasovým ošetřením sofistikovanými technikami dle individuálních potřeb pleti, přináší dokonalé estetické výsledky, povyšující kosmetickou péči v luxusní ceremoniál.



Navštivte pečující ráj na okraji moravské metropole, jen kousek od sjezdu z dálnice. Tým poradenského centra estetické kosmetiky FOR LIFE & MADAGA se na vás těší.

Více na:

www.forlifemadaga.com

FOR LIFE & MADAGA, Moravanská 85, BRNO 619 00 • tel: +420 545 245 044, 733 736 771

Další číslo VYCHÁZÍ **V LISTOPADU 2017**

www.forlifestyle.cz

FORLIFE STYLE