

## نحوه صحیح استفاده از انواع محصولات مراقبت پوست برای حفظ شادابی و سلامت

امروزه در خصوص مصرف محصولات متنوع مراقبت پوستی تبلیغات گسترده‌ای صورت می‌گیرد. در این مطلب نکاتی در خصوص مصرف محصولات که بدون نسخه قابل دریافت و دسترسی است را با هم دنبال می‌کنیم.

به گزارش سایت خبری پرسون، نکات مراقبتی پس از مصرف یک فرآورده، رعایت و اجرا شود (به ویژه مصرف ضد آفتاب‌ها)؛ به عنوان مثال سرم‌های پوستی حاوی رتینول که برای کاهش تیرگی و رفع چین و چروک صورت و بصورت بدون نسخه در اختیار قرار می‌گیرد، می‌تواند باعث افزایش حساسیت بافت پوست به نور خورشید شود. بنابراین توصیه می‌شود پس از مصرف این فرآورده (در طول روز) از ضد آفتاب‌ها استفاده کرد.

از مصرف بیش از میزان توصیه شده محصولات خودداری شود؛ برای نمونه، مصرف بیش از حد برخی فرآورده‌های لایه بردار حاوی سالیسیلیک اسید یا گلیکولیک اسید که برای بهبود خطوط ریز و اسکار آکنه (جای جوش) عرضه می‌شود، می‌تواند منجر به قرمزی پوست، التهاب و کاهش تولید چربی سطح پوست شود.

به زمان مناسب مصرف هر فرآورده توجه شود؛ به طور مثال اگر مصرف همزمان سرم‌های پوستی حاوی ویتامین C و رتینول (هر دو به منظور جوانسازی و رفع تیرگی پوست) در برنامه مراقبت پوستی فرد باشد، باید زمان مصرف سرم ویتامین C به صبح و زمان مصرف سرم رتینول به شب موکول شود.

در هر برنامه مراقبت پوستی باید مرطوب کننده سازگار با نوع پوست را تهیه کرد؛ این امر علاوه بر حفظ شادابی پوست، منجر به جذب مناسب تر فرآورده‌های پوستی می‌شود.