



Kwasy w pielęgnacji cery

Kwasy kojarzą się z zabiegami wykonywanymi w gabinecie kosmetycznym, ale można z powodzeniem stosować je również w domu. Ich regularna aplikacja pozwala wygładzić skórę i usunąć wiele dolegliwości skórnych. Kwasy stosuje się głównie w leczeniu trądziku, zaskórników i zmniejszaniu widoczności zmarszczek, przebarwień oraz drobnych blizn. Z powodzeniem można używać ich niezależnie od wieku, wystarczy dobrać odpowiedni preparat do potrzeb i problemów skórnych.

RODZAJE KWASÓW

Kwasy rozluźniają wiązania między komórkami skóry, przez co powodują złuszczenie jej wierzchnich warstw. W kosmetyce dzieli się je na:

- **alfa-hydroksylowe (AHA)** – kwas glikolowy, migdałowy, mlekowy, winowy, pirogronowy i jabłkowy,
- **beta-hydroksylowe (BHA)** – kwas salicylowy,
- **poli-hydroksylowe (PHA)** – kwas laktobionowy i glukonolakton.

Najbardziej intensywne działanie mają kwasy AHA, polecane do pielęgnacji cery suchej, dojrzałej lub mieszanej. Osoby posiadające cerę trądzikową i tłustą powinny zdecydować się na stosowanie kwasu salicylowego. Cera wrażliwa i naczynkowa wymagają szczególnej ochrony, dlatego w jej pielęgnacji sprawdzają się najdelikatniejsze kwasy PHA.

KWASY DLA SKÓRY TRĄDZIKOWEJ

W leczeniu trądziku najczęściej stosuje się kwas salicylowy, który dobrze przenika warstwę serum i odblokowuje pory. Właściwości przeciwzapalne tego składnika ułatwiają gojenie wyprysków i regulują rogowacenie się skóry. Jego regularne stosowanie zapobiega pojawianiu się zmian skórnych. W redukcji przebarwień sprawdza się kwas azaleinowy. Jego dużą zaletą jest bezpieczeństwo stosowania, ponieważ nie ma działania fotouczulającego. Używanie kremów i maseczek, zawierających ten kwas, pozwala uniknąć powstawania nowych przebarwień oraz zredukować występowanie wyprysków i wydzielanie sebum.

Trądzik różowaty ma inne przyczyny oraz objawy, dlatego wymaga odmiennego leczenia i pielęgnacji. Stosuje się tutaj kwas laktobionowy, łagodzący podrażnienia i działający przeciwzapalnie. Trądzik różowaty często dotyka cery wrażliwej i naczyniowej, dlatego ważne jest delikatne działanie tego kwasu. Nie wywołuje on podrażnienia i łuszczenia skóry. Przyspiesza regenerację skóry po narażeniu na niekorzystne warunki atmosferyczne, które mogą nasilać objawy trądziku.

PIELĘGNACJA CERY DOJRZAŁEJ

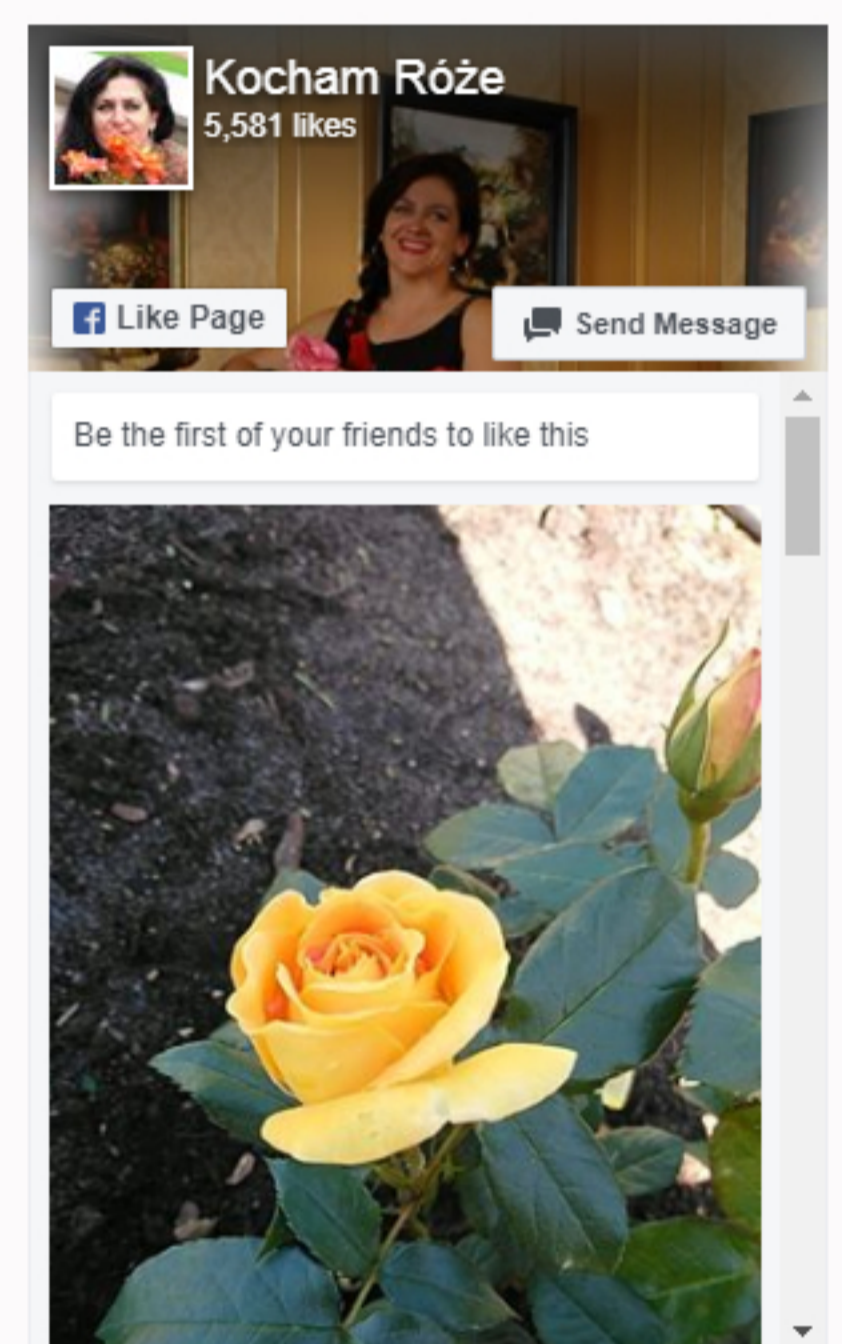
Najczęstszymi problemami u kobiet dojrzałych są zmarszczki i zwiótnienie skóry. Jednym ze składników o najsilniejszym działaniu przeciwzmarszczkowym jest kwas ferulowy. Widocznie poprawia owal twarzy i elastyczność cery. W redukcji zmarszczek stosuje się także kwas migdałowy, powszechnie kojarzony z pielęgnacją skóry trądzikowej. Zwiększa jędrność skóry przez wzmożoną produkcję kolagenu. Regularne stosowanie kosmetyków z kwasem migdałowym sptyca zmarszczki i bruzdy oraz zwęża pory. Składnikiem spowalniającym procesy starzenia jest kwas glikolowy, który nawilża skórę i zapobiega pojawianiu się zmarszczek. Stosowany w większych stężeniach, w gabinecie kosmetycznym, pozwala na usunięcie istniejących bruzd oraz blizn.

Kluczem w pielęgnacji skóry kwasami jest **wytrwałość i systematyczność**. Pierwsze efekty zazwyczaj są zauważalne po miesiącu, a większe skutki, takie jak poprawa owalu twarzy, widać nawet po 3-6 miesiącach. Najlepiej stosować kwasy codziennie wieczorem, a jeśli preparat nie ma działania fotouczulającego – można używać go również rano.

JAKIE SĄ TWOJE TIPY NA PIELĘGNACJĘ CERY? DAJ ZNAĆ W KOMENTARZU



LIKE US ON FACEBOOK



NAJNOWSZE WPISY

[Kwasy w pielęgnacji cery](#)

[Dlaczego kosmetyk nie działa](#)

[Prawidłowy demakijaż](#)

[Najważniejsze kroki w prawidłowej pielęgnacji](#)

[Piękna na wiosenne dni](#)

[Odpowiednie nawilżanie](#)

[Słońce i cera](#)

[Nocna pielęgnacja twarzy](#)

[Piękna skóra na wiosnę](#)

[Suche łokcie, dlaczego je mamy i jak im zapobiegać?](#)

[Jak poprawić pamięć i koncentrację przy pomocy witamin i ziół?](#)

[Przepisy na kąpiele antycellulitowe – wykorzystaj moc olejków](#)

[Kosmetyki dermatologiczne z apteki najlepszym sposobem na zdrową cerę](#)

[Grejpfrut na odchudzanie](#)

[Jak znaleźć więcej czasu dla siebie?](#)

TAGI

