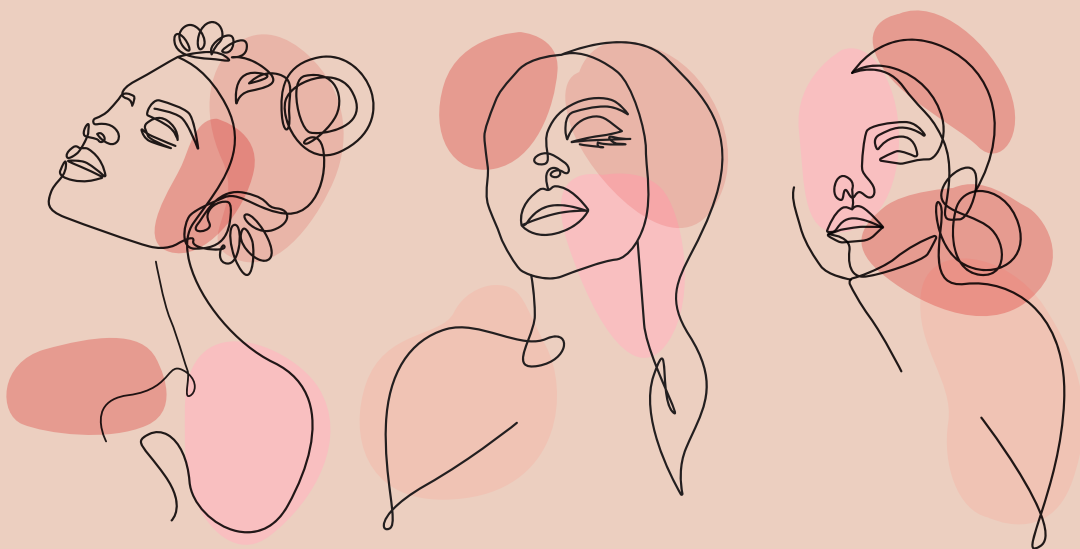




Kratek vodnik

za osnovno in napredno nego kože

dm X TIXIBEAUTY

• BADASS BEAUTY



Zakaj Tixipack?

Namen

Praktično spoznavanje
osnov nege kože z ugodnimi,
a kakovostnimi izdelki.

Tixipack je namenjen spoznavanju osnov nege kože na praktičen način, in sicer na primeru rutine. Primeren je za vse, a se ga bodo razveselili predvsem tisti, ki jim je nega kože še precej nerazumljiva in ne vedo, kako ustrezno zadovoljiti njene osnovne potrebe.

Izdelki so izbrani tako, da skupaj sestavljajo ugodno, vendar kakovostno negovalno rutino, ki nudi vse potrebno za optimalno nego kože.

Pomembno:
**Vsaka koža ima svoje
specifične potrebe.**

Preizkušeni in kakovostni
izdelki, ki imajo odlično
razmerje med kakovostjo
in ceno.

Zasnovana rutina
zadovolji osnovne
potrebe kože.

Primeren za
vse tipe kože.*



*Čeprav so izdelki skrbno izbrani, preizkušeni in priljubljeni, niso nujno najboljša možna izbira za vašo kožo. Potrebe in odzivi kože so nadvse individualni in nepredvidljivi, zato je nemogoče sestaviti nabor izdelkov, ki bi bili popolnoma primerni za vse, kljub temu pa so izdelki izbrani tako, da so primerni za vse tipe kože. Namen paketa Tixipack je deliti znanje, kako negovati kožo s cenovno dostopnimi izdelki.

Balea
čistilno olje za
odstranjevanje ličil
100 ml



Balea čistilno olje za večerno čiščenje kože sem izbrala, ker mi za razliko od mnogih ne draži oči, a kljub temu zelo dobro očisti kožo. Je primeren za vse tipe kože, a nekoliko primernejši za tiste z normalno do suho kožo.

Balea MED Ultra Sensitive je nežen in zelo prijeten gel za umivanje obraza, ki ne vsebuje dišav. Kožo dobro očisti in je ne izsuši ter je na splošno odlična cenovno dostopna možnost za vse tipe kož. Uporablja se lahko kot drugi korak večernega čiščenja ali za jutranje čiščenje.



Balea MED
Ultra Sensitive
čistilni gel za
umivanje obraza
150 ml

#TikaJelzbrala

EVELINE COSMETICS
Expert C
Youth Activator
serum z 12 % vitamina C
18 ml



Serum Eveline Cosmetics Expert C Youth Activator sem izbrala, saj je odlična izbira za vlaženje in antioksidacijo kože, poleg tega pa učinkuje tudi na sijaj in glajenje kože. Vsebuje kompleks vitamina C, ki koži nudi zaželeno antioksidacijo. Tekstura je lahka in prijetna, zato se zlahka vključi v rutino vsakega tipa kože.

Hada Labo Tokyo Deep Wrinkle Corrector ima strukturo gela in kožo zelo dobro navlaži, poleg tega pa začasno zapolni drobne gubice in pusti prijeten občutek na koži. Ne glede na tip kože ponuja odlično vlaženje kože na predelu okoli oči.



HADA LABO TOKYO
Deep Wrinkle Corrector
krema za predel
okoli ustnic in oči
15 ml

Nova embalaža je iz 100% trajnostnih virov, pri čemer formula ostaja nespremenjena.

NIVEA
Cellular
Luminous 630°
fluid za obraz proti
pigmentnim madežem
40 ml



Za zaščito pred UV-sevanjem sem izbrala fluid Nivea Sun Dark Spot Control z zaščitnim faktorjem 50, ki me je posebej navdušil. Odlikuje ga lahka tekstura, ki se lepo vpije, ne pušča filma, ni lepljiv in ne pušča sijaja, kar pomeni, da se zlahka vključi v nego vsakega tipa kože. Vsebuje tudi posvetljevalne sestavine, kar je vedno dobrodošlo.

Vlažilno kremo Mixa Hyalurogel Light sem izbrala, ker kožo prijetno navlaži, je splošno priljubljena in kakovostno opravi svojo nalogo, pri čemer je primerna za vse tipe kože, saj je lahka. Na koži pusti prijeten občutek, je ne obteži in se lepo vpije.



Mixa
Hyalurogel Light
dnevna intenzivna
hidracijska krema
50 ml

Kako uporabljamo izdelke?

Jutranja in večerna rutina **tixipack** bo zadovoljila osnovne potrebe vaše kože:

ustrezno čiščenje

vlaženje

zaščita pred UV-sevanjem

jutranja rutina tixipack



1. Jutranje čiščenje: Svojo kožo zjutraj z gelom očistite po potrebi – če ni posebno mastna, jo lahko samo osvežite z vodo.

Na obraz nanesite serum z vlažilnim in antioksidativnim učinkom. Dodani vitamin C bo nevtraliziral škodljive učinke UV-sevanja.

2.



Na področje okoli oči nanesite kremo, ki bo poskrbela za dodatno vlaženje kože in nekoliko zapolnila gubice, ki nastanejo kot posledica izsušenosti kože.



3.

Opazujte svojo kožo: če želite po nanosu seruma svoji koži nuditi dodatno vlaženje, na obraz nanesite še kremo.

4.



5.

Nujen korak:

Na koncu na obraz obvezno nanesite kremo za zaščito pred soncem. Pri tem je pomembno, da nanesete ustrezno količino kreme – četrť čajne žličke.





večerna rutina tixipack



1. Nujna koraka:

Ob uporabi kreme za zaščito pred soncem in ličil je dvojno čiščenje nujen korak v večerni negi kože.



3. Na področje okoli oči nanesite kremo, ki bo poskrbela za dodatno vlaženje kože in nekoliko zapolnila gubice, ki nastanejo kot posledica izsušenosti kože.



4. Nujen korak:

Tudi zvečer moramo poskrbeti za ustrezno vlaženje kože, pri čemer nekoliko več nege zagotovo ne škodi. Pri zelo suhi koži je kremi smiselno dodati kapljico negovalnega olja ali pa izbrati bogatejšo kremo – npr. La Roche-Posay Cicaplast Baume B5.



Ali poznate svojo kožo?

Izpolnite hiter test za določitev svojega tipa kože!

Kako je videti vaša koža ob koncu dneva?

- a) Suha, lahko tudi razdražena.
- b) Mastna in svetleča po celem obrazu.
- c) Mastna in svetleča samo na območju T-predela (brada, nos, čelo).
- d) Za mojo kožo ne velja nič od zgoraj naštetega.

Kako je videti vaša koža 30 minut zatem, ko si očistite obraz in če nanj ne naneste vlažilnega sredstva?

- a) Koža me zateguje in je suha.
- b) Celotna površina kože je mastna in na videz sijoča.
- c) Koža je mastna je na območju T-predela (brada, nos, čelo).
- d) Ne opažam nobenih posebnosti.

Košček tankega robčka položite na različne dele obraza in ga vsakič pogledajte pod svetlobo. Kaj vidite?

- a) Koža je suha in ni razdražena, na robčku pa ni oljnih madežev.
- b) Oljni madeži so prisotni po celotnem obrazu.
- c) Manjši oljni madeži so prisotni na območju T-predela (brada, nos, čelo).
- d) Ni oljnih madežev.

S kakšnimi kožnimi težavami se običajno srečujete?

- a) Imam suho kožo, občasno je tudi razdražena in se lušči.
- b) Imam različne oblike aken, koža pa je mastna in sijoča.
- c) S kožo imam običajne težave, kot je npr. suha koža v zimskih mesecih.
- d) Nimam težav s kožo.

Za kaj uporabljate svoj najljubši kozmetični izdelek za nego kože?

- a) Za vlaženje kože.
- b) Za matiranje in zmanjševanje nepravilnosti na koži.
- c) Za rahlo osvežitev obraza.
- d) Kot eden izmed korakov jutranje rutine nege kože.

Kakšne so vaše pore?

- a) Odvisno od navlaženosti kože.
- b) Velike in opazne, kdaj tudi zamašene.
- c) Razširjene na območju T-predela (brada, nos, čelo).
- d) Normale oz. majhne.

Če ste na večino vprašanj odgovorili z **a**, imate suho kožo.

Če ste na večino vprašanj odgovorili z **b**, imate mastno kožo.

Če ste na večino vprašanj odgovorili z **c**, imate mešano kožo.

Če ste na večino vprašanj odgovorili z **d**, imate normalno kožo.

*Vprašalnik je zgolj informativne narave in ne služi kot medicinsko potrjen inštrument za diagnostiko kože. Točno diagnozo lahko določite z napredno analizo kože (storitev je na voljo v salonih dm Studio v Ljubljani in Kranju, več info na dmstudio.si).



V grobem obstajajo 4 tipi kože, kar služi kot neke vrste osnovna orientacija za izbiro izdelkov za nego kože, bolj kot vse drugo pa moramo pri izbiri upoštevati kožne težave.



#dmSvetuje

Tip kože	Značilnosti	Primer izdelka za ta tip kože	Sestavine
 Normalna koža	Koža ne zateguje, se ne sveti in ni suha. Je brez nepravilnosti in tudi pri uporabi novih izdelkov za nego kože ne kaže pretiranih reakcij, kot so rdeče lise ali izpuščaji.	 WELEDA dnevna krema za obraz z granatnim jabolkom, 30 ml <i>Izboljša elastičnost in prožnost kože, uporablja pa se lahko tudi kot podlaga za nanos ličil.</i>	• Hialuronska kislina • Aloe vera • Rastlinska olja (arganovo in olivno olje ter olje granatnega jabolka)
 Mastna koža	Koža je svetleča in mastna po celotnem obrazu, brez suhih področij. Na koži se lahko pojavljajo tudi akne, pore pa so vidnejše in povečane. Povrhnjica kože je debeljša.	 ZEOTEX krema za nego problematične kože z zeolitom, 75 ml <i>Pomaga pri aknah, vsebuje ultra fin mikroniziran zeolit.</i>	• Olje sibirskega bora • Glina • Cink • Ceramidi • Olje citrusov
 Mešana koža	Koža je mastna na predelu čela, nosu in brade, lica so suha. Na T-predelu se lahko pojavijo akne in ogrci, pore pa so povečane. Koža ima lahko masten sijaj.	 HADA LABO TOKYO Premium Extreme Skin Regenerator 5xHA, nočna krema za obraz, 50 ml <i>Lahka tekstura, ki vsebuje visoko koncentracijo super hialuronske kisline, za globinsko vlaženje kože.</i>	• Beta hidroksi kisline (BHA/salicilna kislina) • Alfa hidroksi kisline (AHA/glikolna kislina)
 Suha koža	Izrazit občutek zategovanja, koža se na nekaterih predelih lušči in je občutljiva na nove izdelke. Pojavijo se lahko drobne gubice, pore so manj izražene.	 Mixa Hyalurogel Rich, vlažilna krema, 50 ml <i>Zagotavlja intenzivno nego in hidracijo kože do 24 ur.</i>	• Mineralno olje • Lanolin • Rastlinska olja

Zdrava koža se začne z zdravo kožno bariero



#TikaSvetuje

»Veliko pomembneje kot opredelitev tipa kože je opredelitev, katera stanja oz. težave želimo nasloviti in kakšni so končni cilji naše nege kože – odprava aken, dehidriranosti kože, pustega tena itd.«

Kaj je kožna bariera?

Plast kože (vrhnjice), ki jo sestavljajo skupki celic in lipidov, vlažilni faktorji, kislomasten sloj in mikrobiota.

Kaj je njena funkcija?

Ščiti kožo pred škodljivimi vplivi iz okolja in pred izgubo vlage.

Kako se kažejo poškodbe?

Občutekategovanja, rdečica, groba tekstura, izražen mikrorelief, poleg tega je koža lahko mastna, ali pa se na njej pojavijo drobne aken ali dematoze.

Kaj povzroča poškodbe kožne bariere?

Izpostavljenost sončnim žarkom, prekomerna uporaba čistilnih izdelkov ali neustreznih kozmetičnih pripravkov, ki se pretirano penijo, porušeno pH-ravnesje kože in neuporaba vlažilnih učinkovin.



#dmSvetuje



DR. SCHELLER

zaščitna dnevna krema z arganom, ZF 15
50 ml

Vsebuje mineralni zaščitni faktor 15, ki kožo pred UV-žarki varuje ves dan, upočasnjuje tudi predčasno staranje kože.



DR. SCHELLER

intenzivni serum proti gubam z arganom
30 ml

Intenzivni serum z visoko vsebnostjo argana zmanjšuje videz gubic, varuje pred vplivi iz okolja in intenzivno vlaži kožo.



DR. SCHELLER

regeneracijski serum z bakuchiololom
15 ml

Regeneracijski serum ustvarja zaščitno plast na koži in pospešuje tvorbo kolagena.

Pri čiščenju kože moramo biti nežni in potrpežljivi

Vsaka ustrezna nega obraza se začne s temeljitim čiščenjem, saj na ta način odstranimo umazanijo, odvečni sebum, ličila in odmrlo kožo. Seveda s prepogosto uporabo čistilcev lahko naredimo več škode kot koristi, saj poškodujemo naravno bariero kože.

Dvojno čiščenje obraza vključuje dva koraka:

PRVI KORAK:

Odstranjevanje ličil s čistili na oljni osnovi (čistilne emulzije, čistilna mleka in olja).

DRUGI KORAK:

Spiranje umazanije z obraza s čistili na vodni osnovi (čistilni geli in pene).



Balea MED
Ultra Sensitive
čistilni gel za umivanje
obraza
150 ml

Primeren za čiščenje mastne in občutljive kože,
odstranjuje nečistoče in odvečni sebum.



Balea
čistilno olje za
odstranjevanje ličil
100 ml

#BeautyFact

»Micelarno vodico vedno izpiramo, saj nase ne veže samo umazanije, ampak tudi zdravo maščobo (lipide) s kože, kar jo lahko izsuši in poškoduje.«



#TikaSvetuje

7 zlatih pravil za čiščenje obraza

1. Pred čiščenjem umijte roke.
2. Izberite čistilna sredstva z ustrezno pH-vrednostjo.
3. Obraz si izpirajte z mlačno vodo.
4. Pri čiščenju obraza bodite nežni.
5. Z uporabo mehaničnih naprav za čiščenje kože ne pretiravajte.
6. Dvojno čiščenje opravite zvečer.
7. Izperite tudi micelarno vodo.



#TikaJelzbrala

Navlažena koža je videti bolj mladostna

Po čiščenju obraza moramo poskrbeti za ustrezno vlaženje kože, s čimer zagotovimo, da bo naša koža zdrava, sijoča in odpornejša. Na ustrezno navlaženi koži so gube manj opazne, upočasnjeno pa je tudi izhlapevanje vode iz notranjih plasti.

Pravilno vlaženje kože tako vključuje dva procesa:

HIDRACIJA (VLAŽENJE) – Pri tem procesu sodelujejo sestavine, ki zvišujejo raven vlage v koži, pritegnejo pa jo iz atmosfere ali iz globljih plasti kože. Imenujemo jih humektanti.

ZADRŽEVANJE VLAŽE V KOŽI (ZAKLEPANJE VLAŽE) – Pri tem procesu sodelujejo sestavine, ki preprečujejo izhlapevanje vlage iz kože ter jo ščitijo in negujejo. Imenujemo jih okluzivi in emolienti.



HADA LABO TOKYO
Premium Lotion Intense
5xHA
losjon za obraz
150 ml

Vsebuje pet vrst hialuronske kisline, ki globinsko vlažijo kožo na obrazu.

PRETEŽNO HUMEKTANTI



Mixa
Hyalurogel
serum za obraz
30 ml

Zahvaljujoč visoki 5% koncentraciji učinkovitih sestavin, kot sta vitamin B3 in provitamin B5, je koža po uporabi videti bolj zdrava, mehka in gladka.

PRETEŽNO HUMEKTANTI



Balea
olje za obraz s 7-kratnim
naravnim oljnim
kompleksom
30 ml

Konoplino olje vsebuje CBD, ki zmanjšuje vnetja in velja za enega izmed bolj nevtralnih izdelkov za vlaženje kože.

EMOLIENTI IN OKLUZIVI

Japonska kozmetika, poznana po minimalističnih in tehnološko dovršenih recepturah.



HADA LABO TOKYO

Premium
Express Glow & Anti-Stress
maska za obraz v robčku, 1 kos

#BeautyFact

»Vlažilne maske za obraz v robčku so odlična izbira za doseganje hitrega učinka vlaženja ali ko želimo izboljšati absorpcijo drugih sestavin. Učinki so kratkoročni, zato je najpomembneje, da poskrbimo za osnove nege kože, ki pa jih lahko nadgradimo z uporabo mask za obraz v robčku.«



#TikaSvetuje

»Za učinkovito vlaženje kože potrebujemo kombinacijo vseh treh vlažilnih sestavin, ki po razmerjih ustrezajo potrebam naše kože. V grobem suha koža potrebuje izdelek, ki vsebuje več okluzivov; taka krema ima bogatejšo strukturo. Na drugi strani mastna koža potrebuje več humektantov in nekaj emolientov; taka krema ima lažjo teksturo.«

Vrsta vlažilca	Humektanti	Emolienti	Okluzivi
Vloga pri negi kože	Vežejo vodo v kožo.	Mehčajo kožo.	Preprečujejo izhlapevanje vode.
Primeri sestavin	hialuronska kislina, glicerol	ceramidi, silikoni	vazelin, voski



Balea
vazelin v tubi
75 ml

Okluzivi so lipofilne snovi (snovi, topne v maščobi), ki zadržijo vodo v vrhnji plasti. Na koži naredijo film, ki preprečuje izgubo vode iz kože.

PRETEŽNO OKLUZIVI



WELEDA
krema za predel okoli oči z granatnim jabolkom
10 ml

Krema za predel okoli oči Weleda z granatnim jabolkom in maca peptidi je prijetna in lahka, na koži pa ne pušča mastnih madežev.

PRETEŽNO ANTIOKSIDANT



WELEDA
serum za obraz z granatnim jabolkom in maca peptidi
30 ml

Serum z izvlečkom granatnega jabolka z naravnimi antioksidanti intenzivno zašiti občutljivo kožo obraza pred škodljivimi vplivi okolja.

PRETEŽNO ANTIOKSIDANT

Vlažilca lahko vsebujejo tudi **ANTIOKSIDANTE**, ki vašo kožo ščitijo pred škodljivimi vplivi iz okolja.

Sestavine kozmetičnih izdelkov so zelo pomembne

Kozmetični izdelki so sestavljeni iz več sestavin, ki pri negi kože opravljajo različne vloge:

- **Nosilne sestavine (voda):** Povečujejo volumen izdelka, delujejo kot topilo in emulgatorji za druge sestavine ter ustvarjajo končno teksturo izdelka.
- **Pomožne sestavine (dišave, zgoščevala itd.):** Izboljšujejo kemijske in fizikalne lastnosti izdelka ter uporabniško in senzorično izkušnjo uporabnika.
- **Aktivne sestavine (vitamini, kisline itd.):** Imajo neposreden vpliv na kožo in so odgovorne za končni učinek na koži uporabnika.

Aktivnim sestavinam rečemo tudi aktivni. Opravljajo specifično nalogo izven osnovnih okvirov vlaženja, in sicer z njimi ciljno naslavljamo akne, hiperpigmentacije, grobo teksturo kože itd.

#TikaSvetuje*



Vitamin A (retinoidi)

Pomemben vitamin pri negi kože proti staranju, saj izboljšuje teksturo in tonus kože, pigmentacije, gube itd.



Vitamin B (niacinamid)

Zmanjšuje izgubljanje vlage iz kože, zmanjšuje videz razširjenih por, uravnava izločanje sebuma in krepi kožno bariero.



Vitamin C

Pomemben antioksidant, ki ima posvetljevalni učinek, pospešuje sintezo kolagena, ščiti pred prostimi radikali itd.

*Aktivnih sestavin je veliko, tu gre le za ožji izbor pogostih/pomembnih sestavin.

Obramba pred škodljivimi zunanji dejavniki in prostimi radikali



#TikaSvetuje

»V sklopu aktivnih sestavin so izjemno priljubljene tudi različne hidroksi kisline (AHA, BHA in PHA), s katerimi izvajamo piling kože (eksfoliacijo).«



#dmSvetuje

Linija izdelkov **REVOX JUST** vsebuje širok nabor aktivov, ki pomagajo zmanjšati videz nepravilnosti na koži (vitamin B – niacinamid), ščitijo pred zunanji dejavniki in prostimi radikali (vitamin C) in delujejo antioksidativno (kofein). Vitamin A (retinol) je priljubljena sestavina v izdelkih proti staranju kože, najdemo pa ga tudi v izdelkih za nego aknaste kože.



REVOX

Just
Vitamin C 20%
serum za obraz z
vitaminom C
30 ml

- Primeren za vse tipe kože.
- Pomaga zmanjšati pojav nepravilnosti na koži.
- Uravnaveži naravno raven sebuma.
- Izboljša pregradno funkcijo kože.
- Za gladko in navlaženo polt brez sijaja.



REVOX

Just
Niacinamide 10%
serum za obraz z
niacinamidom
30 ml

- Proti pigmentaciji, neenakomernu tonu in staranju kože.
- Z visoko količino vitamina C.
- Ščiti pred prostimi radikali in vplivi iz okolja.
- Izboljša videz gub, posvetli tonus kože in razjasni polt.
- Z aloe vero in zelenim čajem.



REVOX

Just
Hyaluronic Acid 5%
vlažilni fluid za obraz s
hialuronsko kislino
30 ml

- S hialuronsko kislino.
- Še posebej primeren za suho kožo.
- Ves dan hidrira kožo.
- Za bolj svež in gladek videz.
- Zmanjšuje videz gub.

Preventiva je v boju proti starostnim spremembam kože najpomembnejša

Kaj se dogaja z našo kožo, ko se stara?



Kolagen v koži upada. Kolagen je beljakovina, ki je odgovorna za napeto in čvrsto kožo.



S staranjem koža izgublja sposobnost zadrževanja vlage, zato je koža lahko bolj suha in uvela.



Gube na koži so bolj izrazite, opazen pa je tudi upad tonusa.



Na koži se pojavijo pigmentni madeži in druge nepravilnosti.

Za učinkovito zaščito kože pred soncem preizkusite:



#TikaJelzbrala



NIVEA

Cellular Luminous 630°
fluid proti pigmentnim
madežem, 40 ml

Kožo ščiti pred UV-žarki in
fotostaranjem. Učinkovito zmanjša
videz pigmentnih madežev, koža pa
je matirana, navlažena in gladka.

Na voljo od
aprila 2023



HADA LABO TOKYO

losjon za zaščito
pred soncem
ZF 30
200 ml

Lahek vodoodporen losjon z visokim zaščitnim
faktorjem 30 je primeren tudi za občutljivo
kožo. Uporablja vrhunske kakovostne
fotostabilne filtre, ki ščitijo kožo pred žarki UVA
in UVB, prav tako pa vsebuje tudi obnovitvene
sestavine proti staranju kože, ki jo ohranjajo
mladostno in lepo.



AFRODITA

Sun Care Sport
krema za zaščito
pred soncem
ZF 30
90 ml

Krema za zaščito pred soncem Afrodita
Sun Care Sport z zaščitnim faktorjem 30
zagotavlja visoko zaščito pred žarki UVA
in UVB. Ima vodoodporno formulo, zato
ohranja zaščito pred soncem tudi v vodi
in med potenjem, poleg tega pa je še
posebej primerna za športnike in vse z
aktivnim življenjskim slogom.

Zaščita pred UV-sevanjem – najboljša zaščita pred staranjem kože

UV-žarki povzročajo do 90 % prezgodnjega staranja, zato pri negi kože ne pozabite na ustrezno zaščito. Ne samo poleti, temveč skozi celo leto, vsak dan posebej! Najhujše je, da se poškodbe kože akumulirajo in so vidne šele po določenem času, ko naš organizem ni več zmožen sprotno regeneracije kožnih celic. Ena izmed bolj vidnih poškodb kože zaradi UV-sevanja so hiperpigmentacije. Pogoste so tudi globoke gube, izguba tonusa in groba povrhnjica.

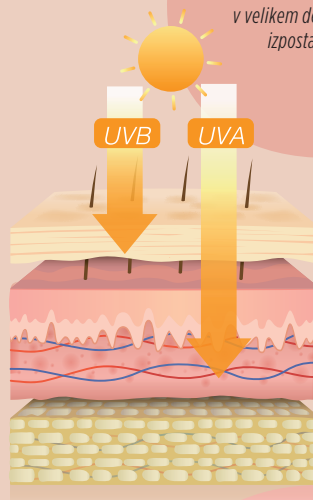
Poznamo dva tipa sončnih žarkov:

UVA

UVA-žarki – Imajo pomembno vlogo pri prezgodnjem staranju kože, saj so stalno prisotni in prehajajo tudi skozi steklo.

UVB

UVB-žarki – Poznani so po povzročanju vidnih opeklin, a vplivajo tudi na staranje kože. Najintenzivnejši so poleti, posebno med 10. in 16. uro.



#BeautyFact

»Že po 35. letu običajno začnemo opaziti več znakov staranja na koži, ki so v velikem delu posledica nezaščitenega izpostavljanja UV-sevanju.«

#BeautyFact

»Naravna zaščita kože pred soncem traja približno 10 minut. Zaščitni faktor, ki je naveden na izdelku, pa nam pove, kolikokrat z nanosom kreme podaljšamo naravno zaščito kože.«

Primer:

$ZF\ 10 = 10 \times 10\ min = 100\ minut$
zaščite na soncu*

KOLIKO ČASA SMO ZAŠČITENI PRED SEVANJEM?

ZAŠČITA (ZF)	ČAS ZAŠČITE (min)
ZF 10	100
ZF 15	150
ZF 20	200
ZF 30	300
ZF 50	500

*Velja v idealnih pogojih (se ne kopamo v vodi, se ne znojimo pretirano ter imamo nanešeno ustrezno količino kreme za zaščito pred soncem).



#TikaSvetuje

»Na obraz nanesemo približno za dva prsta kremo za zaščito pred soncem, kar je približno četrta čajna žlička izdelka. Kremo uporabljajte vsakodnevno, četudi ima manjši UV-faktor. Pri zaščiti kože upoštevajte tudi:

- Kremo za zaščito pred soncem se s kože ves čas odstranjuje, zato je treba kremo ponovno nanašati na približno 2 uri.
- Izberite čim višji zaščitni faktor za zaščito kože pred soncem, minimalna zaščita po mnenju dermatologov pa je ZF 30.
- Četudi ste ustrezno zaščiteni, se direktni izpostavljenosti kože soncu izogibajte.
- Poskrbite za dodatno zaščito s pokrivali, sončnimi očali ipd.«

Nega kože pred staranjem se začne pred 40. letom

Zaščita pred UV-sevanjem – najboljša zaščita pred staranjem kože

Bistvo učinkovite nege kože pred staranjem je **dobra preventiva**. Staranja kože namreč ne moremo ustaviti, lahko pa proces optimalno upočasnimo z zdravim življenjskim slogom, prehrano, ustrezno nego in izogibanjem stresu.

Kaj pospešuje staranje kože?

Vplivi iz okolja, UV-sevanje, onesnažen zrak, geni in nezdrav življenjski slog.

Kaj je pomembno pri negi kože proti staranju?

Da koži zagotovimo ustrezno navlaženost, uporabljamo aktivne sestavine, med katerimi so tudi antioksidanti, in jo ščitimo pred škodljivimi zunanjimi dejavniki – posebno pred UV-sevanjem.

Katere sestavine ugodno vplivajo na zrelo kožo in upočasnjujejo procese staranja?

Pri učinkoviti negi kože proti staranju so pomembni aktivni, in sicer vitamini A, B in C, kisline, različni antioksidanti in vlažila.

Kaj so antioksidanti?

So skupina sestavin, ki nevtralizirajo posledice škodljivih zunanjih dejavnikov, ki povzročajo propad tkiv oz. staranje kože.



Starost

Spremembe na koži

Nega

od 20 do 30 let



Med 20. in 30. letom običajno ni še veliko opaznih posledic staranja kože, a je ta lahko zaradi neustrezne nege, genetskih predispozicij in življenjskega sloga pusta, brez sijaja, v poznih dvajsetih pa tudi lahko že opazimo gubice.

Ker nega proti staranju kože sloni na preventivi, ni v resnici nikoli prezgodaj, da začnemo redno in dosledno uporabljati zaščitno kremo z visokim zaščitnim faktorjem (ZF 30+), ki nam bo bistveno pomagala upočasniti staranje. Pomembno je predvsem, da poskrbimo za osnovne potrebe kože, ki vključuje tudi ustrezno vlaženje, in vsekakor je tudi pravi čas, da začnemo kožo navajati na aktivne sestavine, predvsem antioksidante. Uvajamo blažje retinoide, vitamin C, lahko tudi niacinamid in BHA, če nam nagajajo kakšne nepravilnosti ter blažje AHA, kot so laktična in mandelična kislina. Tudi peptidi so dobra popotnica za ohranjanje mladostne kože. Skratka, čim prej, tem bolje!

od 31 do 40 let



Med 30. in 40. letom so običajno posledice staranja kože že bolj vidne, pa tudi težje jih izboljšamo, posebej če doslej nismo poskrbeli za njene osnovne potrebe. Zaradi zmanjšane tvorbe kolagena se začenjajo poznati drobne linije okoli oči, ust, na čelu, opažamo lahko tudi upad tonusa, povešanje kože, lahko se tudi že pojavijo hiperpigmentacije.

V tem obdobju je nego iz dvajsetih smiselno nadgraditi s prehodom na močnejše aktivne sestavine (kislino in vitamini v višjih koncentracijah), nadaljujemo z uporabo antioksidantov, ki bodo pomagali ublažiti nadaljnje poškodbe zaradi sonca in bodo spodbudili tvorbo kolagena, tako pa tudi izboljšali videz kože. Dodajanje peptidov je vedno dobra ideja, saj tarčno naslavlajo več znakov staranja kože.

od 41 do 50 let



V tem obdobju je tvorba kolagena že bistveno zmanjšana in akumulirane sončne poškodbe so že krepko vidne. Gube se običajno poglobijo, povešanje je že izrazito, pa tudi hormonske spremembe prinašajo neželene posledice v obliki vseh znakov staranja kože.

V tem obdobju nadaljujemo z nego z ustrezno zaščito pred UV-sevanjem in močnimi aktivnimi sestavinami. V tem času lahko koža tudi že slabše zadržuje vodo, zato smo res pozorni, da je ustrezno navlažena in je bariera zdrava, pri čemer nam pomagajo sestavine, kot so na primer ceramidi in maščobne kisline. To je sicer pomembno v vseh življenjskih obdobjih, a je s staranjem ta potreba lahko bolj izrazita.

nad 51 let



Posledica menopavze in upad spolnih hormonov bistveno spreminjajo kožo in še doprinejejo k vidnim znakom staranja. Koža lahko postane tudi bistveno bolj suha, pusta, nekako uvela.

Kozmetični izdelki imajo v tem obdobju omejen domet pri staranju kože, saj največ lahko naredimo le s preventivo. Če smo v preteklosti dobro skrbeli za kožo, bo vsekakor pokazala svojo hvaležnost z mladostnim videzom. Sicer pa nego kože v tem obdobju nadgradimo s salonskimi tretmaji, ki so dopolnjeni z aparaturnimi tehnikami (kot je npr. LPG, brezigelna mezoterapija, radiofrekvenca) in ki pripomorejo k izboljšanju stanja kolagena in boljši elastičnosti kože.

Pomembno: Nego v različnih obdobjih življenja je treba prilagajati različnim potrebam kože in tabela je zgolj informativna. Ker je vloga kozmetike predvsem preventivna, poskušamo čim prej začeti uporabljati močne aktivne sestavine proti staranju kože, ki bodo ohranjale kožo čim mladostno skozi celo življenje. Pri negi je vsekakor najpomembnejša doslednost in to, da svojo kožo poslušamo ter ji ponudimo, kar potrebuje v vseh obdobjih življenja.



#dmSvetuje

Vaša popolna rutina proti staranju kože

Izdelki **L'ORÉAL PARIS** Revitalift Laser vsebujejo tehnologijo Pro-Xylane™, ki spodbuja obnovo kože, zmanjšuje gube, koži vrača čvrstost ter obnavlja podporna kožna vlakna. Hialuronska kislina prodira v vse plasti kože in spodbuja tvorbo kolagena.



L'ORÉAL PARIS

Revitalift Laser Renew
dnevna krema proti gubam
50 ml

Posnema nego z laserjem, koži vrača prožnost in poenoti njen ten. Idealna izbira za ženske med 40. in 60. letom starosti.



L'ORÉAL PARIS

Revitalift Laser Pure Retinol
nočni serum za obraz
30 ml

Vsebuje 0,2 % čistega retinola (vitamin A), ki deluje kot izredno učinkovita snov proti gubam.



L'ORÉAL PARIS

Revitalift Laser Renew
krema za predel okoli oči
15 ml

Krema proti gubam okoli oči vsebuje hialuronsko kislino in Pro-Xylane™.

Visoko koncentrirane formule serumov iz **Afrodite linije Skin Specialist** koži vračajo mladosten videz in ščitijo kožne celice pred poškodbami žarkov UVA in UVB ter infrardečih žarkov. Izdelki Collagen Lift vsebujejo patentirane mikrosfere morskega kolagena, ki zapolni gube, in dipeptini karnozinom, ki stimulira fibroblaste.



AFRODITA

Collagen Lift
lifting krema za normalno
do mešano kožo
50 ml

Primereno za starejše od 40 let, blaži gube že od prvega nanosa dalje in spodbuja nastanek koži lastnega kolagena.



AFRODITA

Skin Specialist Collagen
lifting serum za obraz
30 ml

Bistveno zmanjša izraženost gub, vsebuje rastlinsko alternativo vitamina A: za še bolj napet in mladosten videz kože.



AFRODITA

Clean Phase Collagen Solution
vlažilni tonik
100 ml

Vsebuje hialuron in peptide. Spodbuja nastajanje kolagena in je še posebej primeren za zrelo kožo.

Kožne specifike – hiperpigmentacije

Hiperpigmentacija označuje neenakomerno pigmentacijo kože zaradi neenakomerne razporeditve melanina. Kaže se v obliki starostnih in sončnih peg ter temnih madežev po telesu, posebno na predelih rok in obraza. Obarvanja in pospešeno tvorbo melanina sprožijo dejavniki, kot so:

- **Prekomerno izpostavljanje soncu.**
- **Hormonske spremembe** (pri ženskah spolna hormona estrogen in progesteron lahko povzročata posebno vrsto hiperpigmentacije, poznane pod imenom melazma ali kloazma).
- **Starost** (s starostjo upade število melanocitov, tj. celic, ki so zadolžene za tvorbo melanina, kar povzroča njihovo neenakomerno razporeditev na koži v obliki starostnih peg).
- **Jemanje zdravil** (hormonska zdravila, antimalariki, kemoterapevtiki itd.).

Melanin je naravni pigment, ki je pri ljudeh prisoten v notranjih plasteh kože (bazalni sloj) in v lasnih mešičkih. Daje barvo koži, lasem, notranjim ušesom in žilicam v očeh.

Naj vam v boju proti hiperpigmentaciji pomaga linija izdelkov **NIVEA Cellular Luminous 630®**!



#dmSvetuje



NIVEA

Cellular Luminous 630®
serum za obraz proti
pigmentnim madežem
30 ml

*Vsebuje patentirano sestavino
Luminous 630®, ki skrbi za poenoteno
in sijočo polt ter upočasnjuje
nastajanje novih pigmentnih madežev.*



NIVEA

Cellular Luminous 630®
fluid za obraz proti
pigmentnim madežem
40 ml

*Prvi rezultati so vidni
že po 4 tednih uporabe.*



NIVEA

Cellular Luminous 630®
regenerativna nočna krema
proti pigmentnim madežem
50 ml

*Intenzivno vlaži, spodbuja
regeneracijo in krepi kožno
bariero.*

Kožne specifikke – mastna in aknasta koža

Mastna koža

Mastna koža je posledica povečanega delovanja žlez lojnic. Za tako kožo je značilno, da se zaradi preobilice loja (sebuma) zamašijo pore, kar privede do nastanka ogrcev, mozoljev ali aken.

Za mastno kožo izbiramo izdelke:

- z lažjo teksturo in brez sestavin, ki bi lahko zamašile pore in sprožile nastanek nepravilnosti na koži,
- ki aktivno pomagajo pri odpravljanju težav s kožo in nudijo zaščito pred soncem,
- ki so zasnovani za mastno in k aknam nagnjeno kožo ter so klinično in dermatološko dokazano primerni za vaš tip kože.

Karbonoir

trdo milo z
aktiviranim
ogljem
100 g



Aktivirano oglje
poskrbi za nežen
piling, ki odstrani
odmrle celice.



Kokosovo olje
obnavlja kožno
bariero.



Olivno olje
kožo vlaži,
obnavlja in ščiti
pred UV-žarki.



**Karitejevo
maslo**
mehča kožo.

Naj črno milo znamke Karbonoir postane vaša nova obsesija!

Črno milo Karbonoir je naravno, nežno in učinkovito. Je odlična izbira pri čiščenju mastne kože. Kožo neguje, globinsko očisti pore ter nase veže nečistoče in strupe.



#dmSvetuje

Preizkusite tudi:



Karbonoir

Anti Aging
serum za obraz
50 ml

POPOLN PAR

ZOETEX

maska za globinsko revitalizacijo kože obraza 50 ml



Maska globinsko očisti obraz nečistoč in ga pri tem ne izsušuje, temveč ščiti in spodbuja naravno vlaženje s pomočjo gela aloe vere in gela rdečih alg. Macerat gotu kole sodeluje v procesu celjenja brazgotin, medtem ko hialuron omogoča dvakrat močnejši prodor aktivnih učinkovin, ki jih najdemo v maski.



ZOETEX

krema za nego problematične kože z zeolitom 75 ml

Krema za nego problematične kože vsebuje vrhunski ultra fin mikroniziran zeolit. Preprečuje težave s kožo in olajša obstoječe težave. Pomaga pri aknah, dermatitisu, seboreji, rozacei, luskavici in alergijskih reakcijah. Poleg tega blagodejno vpliva na suho in razdraženo kožo, ki jo vlaži, mehča in pomirja.



Kaj so akne?

Akne so kronična vnetna bolezen kože, ki prizadane dlačno-lojično enoto. Gre za bolezen, ki ima več vzrokov za nastanek, kot so hormonske spremembe, neravnovesje mikroorganizmov na koži, neustrezna nega kože, nezdrav življenjski slog itd.



#TikaSvetuje

»Kako lahko omilimo nastanek aken?

- Redno menjavanje prevleke za vzglavnik.
- Redno čiščenje pripomočkov za ličenje.
- Mozoljev ne stiskamo.
- Redno čiščenje in razkuževanje telefona.
- Ne uporabljamo izdelkov, ki vsebujejo preveč alkohola, ker lahko na ta način kožo izsušimo.

Katere aktivni nam pomagajo pri negi aknaste kože?

- Retinoidi – regulacija izločanja sebuma.
- Salicilna kislina – globinsko čiščenje por.
- Azelaična kislina – protivnetni učinki, hitrejšo odstranjevanje posledic aken.
- Niacinamid – regulacija sebuma.»

Najpogostejše napake pri negi kože

Kožo čistite samo z vodo.

Tudi če ličil ne uporabljate, samo voda za čiščenje ne zadošča, saj ta ne odstranjuje sebuma in odmrlih kožnih celic. Iz tega razloga kožo vedno očistite tudi z nežnim čistilnim gelom. Če uporabljate ličila, svoji koži zvečer privoščite dvojno čiščenje: najprej z odstranjevalcem na oljni osnovi, nato še s čistilcem na vodni osnovi.

Uporabljajte neustrezna čistilna sredstva.

Uporaba neustreznih ali pregrobih čistilnih sredstev lahko poškoduje kožno bariero, kar prinese kopico težav s kožo. Bodite premišljeni pri izbiri izdelkov za čiščenje kože.

Kremo uporabljate, ker na embalaži piše, da briše gube.

Celovita nega proti staranju kože sicer ugodno vpliva na ohranjanje mladostnega videza, a ni čarobna radirka in ne briše obstoječih znakov staranja. Ključ nege kože proti staranju je predvsem v preventivi, ta se pa začne z dosledno uporabo izdelka za zaščito pred soncem.

Uporabljate izdelke, ki niso primerni za vaš tip kože.

Sestavite preprosto lepotno rutino, ki vam bo pisana na kožo pa četudi ne vključuje zapletenih tretmajev in veliko izdelkov. Preveč izdelkov lahko zamaši pore in povzroči več težav kot koristi, zato naj vaša rutina vključuje le tiste izdelke, na katere vaša koža dobro reagira. Ne pozabite: izdelke, ki imajo visok odstotek aktivnih sestavin, je treba uvajati počasi, pri tem pa opazovati reakcijo kože.

Vsak izbruh aken pomeni alarm.

Pri uporabi nekaterih aktivnih sestavin lahko pride do zanimivega pojava, ki ga imenujemo purging (prečiščevanje). Gre za začasno reakcijo kože, ko uvajamo nove izdelke, kaže pa se v obliki aken, suhe kože in pospešenega luščenja. Ta reakcija pomeni samo to, da se koža čisti in da je menjava starih celic v polnem teku.

Izdelke za zaščito pred soncem uporabljate samo poleti.

UVA-žarki ne povzročajo vidnih znakov staranja takoj, ampak se poškodbe akumulirajo več let. Ko dosežejo določeno stopnjo, naša koža vidno izgubi tontonus in pojavijo se gubice. Na tej stopnji je regeneracija celic precej oslABLJENA, zato je nujno, da kožo pred soncem ščitimo celo leto z uporabo ustrezne kreme z zaščitnim faktorjem.

Spoznajte svojo kožo

Le če dovolj dobro poznate svojo kožo in njene potrebe, ji lahko zagotovite najboljšo nego in ustrezne izdelke ter tako dosežete **mladosten, sijoč in zdrav videz**.

Napredna kozmetična analiza kože omogoča, da svojo kožo spoznate do potankosti in ponudi **načrt nege kože po vaši meri**.

Storitev napredne kozmetične analize v dm Studiu vključuje:

- merjenje vseh ključnih parametrov kože,
- svetovanje o negi kože v salonu in doma ter
- priporočila o uporabi izdelkov in sestavin, ki so primerne za vaš tip kože.

Storitev se izvaja v salonih dm Studio v Ljubljani in Kranju.



15% popust
na napredno kozmetično analizo kože
v dm Studiu!



Veljavno od 28. 2. 2023
do 27. 3. 2023.



Več o dm Studiu in
aktualni ponudbi preverite
na www.dmstudio.si.



dm X TIXIBEAUTY
BODASS BEAUTY



dm drogerie markt d.o.o., Litostrojska cesta 48, SI-1000 Ljubljana

