

Koori ja niisuta!



Kui muistseid rahvakombeid uskuda, tuleb jaanipäeva hommikul jaanikastega nägu pesta, et kaua noor ja ilus olla.

SHUTTERSTOCK

Suvel saavad meie sise- mine ja väline ilu kokku. Päike teeb meele rõõm- saks ja muudab palged jumekaks. Mida teha, et see kahekordne ilu säiliks ka pärast kaunist suve?

Oriflame'i ilukonsultant Enel Eha tunnustab, et paljudel naistel tekib suvel kiusatus elada n-ö naturaalsel elu, andes ka näonahale puhkust. Puhkuse all mõtlevad nad paraku näopuhastusvahenditest, kreemidest ja igasugusest kosmeetikast loobumist.

“See pole küll tark tegu,” usub Enel. “Suvine päike ja tuul mitte ainult ei paita, vaid ka kahjustavad nahka, nii et selle eest tuleb endiselt hoolitseda. Küll natuke teisel moel kui talvel.”

Vahetage kreemid kergemate vastu

Esmalt muidugi ei maksa unustada igapäevast näonahahooldust – puhastust ja päevakreemi ning sõltuvalt nahatüübist kord-paar nädalas ka naha koorimist. Kuiva naha puhul piisab koorimisest kord nädalas, pigem õrnatoimelisema ja väiksemateralisema koorijaga.

“Vaid puhastatud uuenenud nahakoed võtavad vastu nii kreemi toitvat kui ka niisutava mõju ning ka päevitus saab ühtlane,” teab Enel. “Milleks päevitada vanu surnud naharakke.”

Küll soovib Enel vahetada talvised näokreemid kergemate vastu. Kindlasti vajab nahk suvel rohkem niisutust, hästi sobivad nii intensiivselt niisutavad kui ka hapnikuga rikastatud kreemid. Paljudele näokreemidele on tänapäeval lisatud SPF-kaitse UV-kiirguse kahjuliku mõju eest.

Päevitunud jume kreemipurgist

“Ka isepäevituvat kreemi tuleb kanda just eelnevalt kooritud nahale. Kui nahk on väga kuiv, siis järjekord peaks olema selline, et alguses isepäevitaja ja selle imendumise järel niisutav kreem, vastupidi käitudes jääb nahk laiguline. Isepäevitavaid kreeme võib kasutada nii mitu päeva järjest, kuni olete saavutanud soovitud tulemuse ja sealt edasi kaks-kolm korda nädalas jume säilitamiseks.

Toonitud päevakreemi saab väga edukalt kasutada tavapärase päevakreemi asemel, seda võib kanda ka seerumile.”

Sugugi ei pea kartma, et kui on kasutatud toonivat või toonitud kreemi, siis nahk loomulikult teel enam ei päevitu – see on eksitav müüt. Küll aga ei tasu kasutada toonivat kreemi päevitama minnes.

Ka juukseid ja huuli tuleb kaitsta

Spetsiaalseid tooteid on loodud ka pigmendilaikude vähendamiseks – need pleegitavad olemasolevaid pigmendilaike ja teisalt kaitsevad nahka uute tekkimise eest. Tavaliselt on need kreemid üsna kõrge SPF-kaitsega, 20–45. Pigmentilaigud tekivadki pahatihti 40ndates eluaastates, varajases nooruses liigpäevitamise tagajärjel.

Kuum päike kahjustab päris kindlasti ka juukseid. Rannas peaks kandma peakatet ja selle alt välja paistvaid juukseotsi spetsiaalse päikesekaitsetootega töötleva. Väga hästi sobivad selleks juustesse jäetavad UV-kaitsega spreid. Korra nädalas võiks teha juustele toitvat hooldust kas maski või toitvate õlikapslite näol.

Huulte liigse kuivamise vastu kaitsevad niisutava toimega huulepalsamid, hea, kui ka neis on SPF-kaitse. Ööseks võib huuletele kanda ka mõnda toitvat huulepalsamit. Huuleümbruse kortsukestega võitlemiseks aitab suurepäraselt aga silmaümbruse kreem.

Päikesepaistelise ilmaga pole kuigi tark tegu nahale või juustele lõhnatooteid pihustada. Need sisaldavad harilikult piiritust ning võivad tekitada päikest saanuna põletust, mis hiljem omakorda väljendub nahal pigmendilaiguna. Hea nipp on lasta õhku väike lõhnapilv ja kõndida sellest läbi – sel juhul jääb lõhnatoode ühtlaselt hajusalt nii kehale, juustele kui ka riitele ega riku ühtegi neist (ettevaatlik tuleks olla siidist kangastega, sellele võivad jääda laigud).

Meeles tasub pidada ka seda, et me päevitume kõikjal, mitte ainult rannas, vaid ka linnas ringi liikudes, kus on lisaks veel üks kahjulik faktor – õhusaaste. Samuti ei maksa unustada tõsiasi, et me päevitume ka pilvise ilmaga ning jahutav tuul võib samuti petlik olla.

KAJA PRÜGI