

## Каков должен быть уход за кожей в летнее время года?

Written by Administrator

Wednesday, 02 July 2014 21:20 -

---

Ясная погода и палящее солнце, конечно, доставляют нам возможность весело проводить время на природе. Но в это же время существует высокая опасность повредить кожу. Почему это происходит?

Ясная погода и палящее солнце, конечно, доставляют нам возможность весело проводить время на природе. Но в это же время существует высокая опасность повредить кожу. Почему это происходит? Из-за летнего солнца может начаться образование ожогов, морщин, различные воспаления и шелушения. Кроме того, происходит обезвоживание кожи, возникает риск онкологических заболеваний.



В жаркое время года кожа требует особого ухода. Это заключается в ее очистке, увлажнении, защите и т.п. Это становится весьма актуальным для девушек, ведущих активный образ жизни. Если Вы летом проводите много времени на природе и открытом воздухе, то кожа в этот период требует особенного ухода. В условиях сухости и высокой температуры окружающей среды существует несколько различных правил по уходу за кожей. Если им следовать, то вы сможете в полной мере насладиться солнечными днями и не навредить коже. Обязательно пользуйтесь различными средствами защиты от солнца. Перед этим следует ознакомиться с инструкцией по применению конкретного средства и отзывами об этом продукте других покупателей. Стоит сказать, что солнцезащитные средства довольно сильно различаются. Одна группа таких средств основывается на возведении физического барьера, другая обеспечивает защиту кожи посредством химических веществ, которые поглощают ультрафиолетовые лучи. На таких косметических средствах часто ставится значение SPF, что означает в переводе на русский «с защитой от солнца» и определяет степень защиты от солнца. Данный показатель определяет длительность воздействия солнечных лучей на кожу. Так, можно приблизительно подсчитать норму вашей кожи, если знать какое время вы сможете быть под солнцем, не обгорая. Если кожа у вас становится красной после десяти минут под солнцем, то средство с коэф-ом защиты равным 15 позволяет быть под ультрафиолетовыми лучами до 150 минут. При купании, конечно, данное время сокращается. Обратите внимание и на состав косметических средств, а также их назначение. Химические соединения проходят вглубь кожи и реагируют с различными веществами и потом. Это также стоит учитывать в случае их применения.