

1 מחוצ'ק ומעוצב

הסימפטום: רוב השנה את מצליחה להסתדר עם בעיית האקנה שלך, אבל איך שמוגיע החורף היא יוצאת משליטה ואת מתמלאת פצעונים.

הסיבה: יובש חמור. "צידי הנקבוביות שלך נראות כמו צינורות קטנטנים שמאחסנים שמן", אומר רופא העור הגיו יורקי דניס גרוס, "ומכיוון שהעור שלך יבש עכשיו, הוא אוגר את השומן וגורם להתפתחות פצעונים". בנוסף לכך, חלק מהתכשירים לטיפול באקנה (אלה שמכילים סופחי שמן כמו בנזואיל פרוקסיד או רטינול) מייבשים את העור, ובשילוב עם האוויר היבש מרוקנים אותו לגמרי מלחות, מה שרק מחריף את הבעיה: "כשהעור מתייבש מדי הוא מייצר יותר ויותר שומן כדי להשיב את האיזון", אומר ד"ר גרוס.

טיפול נגד אקנה: פילינג עדין מדי ערב (כמו Spot Stress Control של ניוטרוג'ינה), כדי להסיר את התאים הסותמים את הנקבוביות. "הפילינג ממש את תאי העור המתים בלי לשרוט את העור", אומר ד"ר גרוס. מומלץ גם להרגיע עם המשחה לייבוש פצעונים - פעם ביומיים זה מספיק, לא חייבים כל יום. והכי חשוב: אל תחששי להשתמש בקרם לחות (כמו קרם הלחות אנטי בלמיש של קליניק, 130 שקל), ובבוקר רצוי קרם עם מקדם הגנה SPF 15.

הסימפטום: העור שלך מאוד רגוע בדרך כלל, אבל עכשיו הוא מפתח מין תסמונת קדם מחזור: הוא יורד מהפסים מכל שטות (כלומר הופך לאדמומי ומגודר), אם זה בגלל מייק אפ חדש ואם זה בגלל כובע צמר שמשפשף לך את המצח.

הסיבה: חולשה. "רגישות יתר בעור מעידה על כך שהשכבה החיצונית שלו חלשה", אומרת ד"ר פטרישיה וסלר. יכול להיות שהשילוב בין קור בחוץ, חימום בפנים ושגרת טיפוח אגרסיבית מדי פגעו בשכבות ההגנה של העור והוא לא מצליח לייצר לחות שתגן עליו.

טיפול להרגעת העור: העיקרון של להתלבש בשכבות עובד מצוין גם על העור שלך: הוספה של מרכיבים מרגיעים לשגרת הטיפוח תחזק ותרגיע אותו. בתור התחלה החליפי את מי הפנים המקציפים בשמן ניקוי עדין (אנחנו אהבנו את שמן הניקוי ההידרופילי שקד-תפוח של ל'אוקסיטון). "הוסיפי סרום מרגיע (כמו הסרום לעור רגיש פרפקטינג סרום של מיורד, 395 שקל, או סרום Total Serenity של כריסטינה) מתחת לשכבה של קרם לחות עשיר (Hydrationist של אסתי לאודר עובד מצוין), והתיזי מי פנים לתוספת לחות לאורך היום כדי לחדש את מלאי השומן", אומרת אנט קינג, מנהלת החינוך במכון הבינלאומי לרפואת עור. עוד טיפ שיכול לעזור: ותרי על מקלחות חמות וארוכות (כן, זה הכיף של החורף, אבל הכיף הזה שואב את כל הלחות מהעור). כני'ל לגבי משחות שאוטמות את העור כמו זלין, שעל פי ד"ר וסלר לוכדות את חום הגוף ומגבירות אדמומיות וגירוד.

פילינג יומיומי ניוטרוג'ינה, 85 שקל

סרום לעור רגיש כריסטינה, 254 שקל

שמן ניקוי הידרופילי ל'אוקסיטון, 1100 שקל

