

21.57x31.06	31	60	עמוד	ידיעות אילת	04/2011	26712272-9
נייל טטודי - 29010						

כלי השבון

colhanegev@yedtik.co.il

להגן על הידיים

בשבועות שלקראת חג הפסח עסוקים בבתי רבים בניקיון החדרים והרהיטים ■ כדי למנוע נזק לידיים מומלץ לנקוט באמצעי זהירות בעת השימוש בחומרי ניקוי ■ להשתמש בכפפות ■ לשים לב לכמויות חומרי הניקיון שאתם צורכים ■ ולהעדיף שימוש במים וסבון ■ כך תמנעו יובש, קילוף ובמקרה החמור כוויות



הפסח בפתח ועימו תקופת הניקיונות והבישולים. השימוש המוגבר בחומרי ניקיון גורם פעמים רבות ליובש בידיים. ליטוף עדין ונעים, לחיצת יד לעמית כעבודה או סתם העברת יד על עור הגוף, כל הפעולות הללו עלולות להיות קשות, מחוספסות ולא נעימות אם כפות הידיים יבשות, מתקלפות וגסות מדי. גם עונת הקיץ שבי פתח מגבירה את היובש בידיים ואת הרגשת האי נוחות. אם כך, מה אפשר לעשות כדי למנוע יובש בידיים, או לפחות כדי להקל על כפות הידיים.

חשיפה לחומרי הניקוי

לעיתים, אנו לוקחים כמובן מאליו את כף היד שלנו למרות שאנחנו משתמשים בה ללא הרף. כותבים, אוכלים, לוחצים, מנופפים, מקלידים ולקראת הפסח, משיי פשפים, מקרצפים ומנקים. אותו איבר שהוא כה חיוני ושימושי עבורנו, לא מקבל מאיתנו את תשומת הלב הנדרשת לו. לקראת חג הפסח, בו הניקיונות עומדים במרכז העניינים, נוצר מצב בו כפות הידיים נחשפות לחומרי ניקוי המכילים כימיקלים בסיסיים ודטרגנטים כימיים

הפוגעים בהן ומזיקים לעור. בנוסף, אנו נחשפים בזמן הבישולים למרכיבי מזון ותבלינים שונים, ואף מאמצים את כפות הידיים שהופכות חשופות יותר ליבלות, חבלות ואלרגיות שונות.

בעת ההיערכות לפסח, אנו משתמשים במגוון חומרי ניקוי שונים על בסיס כימיקלים הפוגעים בעור. קר בכפות הידיים ומזיקים לעור ולציפורניים. חשוב לדעת כי יש להעדיף חומרים על בסיס שמנים על פני חומרים על בסיס דלקים. אחרי הכל, כפות הידיים שלנו חושפות באחת את הגיל האמיתי ומעידות רבות על הרגלינו. ענת בקר, קוסמטיקאית ראשית ב-"I.C.C.", המרכז לקוסמטיקה מקצועית, מסבירה כי מדובר באזור החשוף ביותר לנוזקי סביבה. "קרייני" שמש, חילופי מזג אוויר, רוחות, חיתוך ירקות בעלי חומציות וכמובן חומרי ניקוי, עלולים לגרום לעור הידיים להזדקן בטרם עת, לגרות אותו ולפגוע בו. משום שעור כף היד נטול בלוטת חלב המפרישה סבום השומר על הלחות שכעור, עור הידיים נוטה להתייבש והופך מחוספס בקלות."

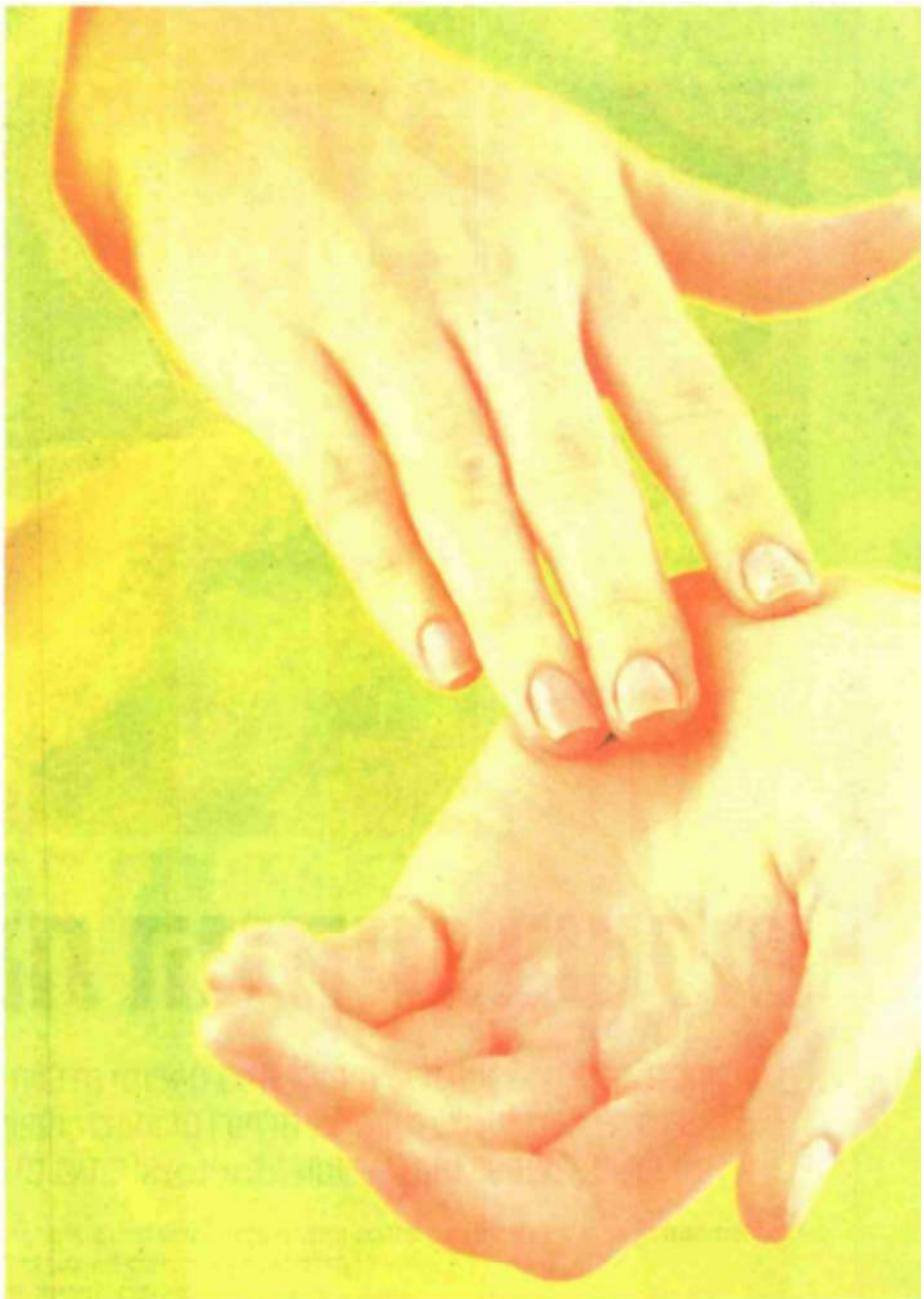
הצטייד בכפפות

כל מי שמנקה את ביתו ביסודיות, לומד להשתמש בכפפות. חומרי הניקיון לא כל כך ידידותיים, בלשון המעטה, לעור הידיים. חבישת כפפות גומי בעת הניקיון, תאפשר לכם להגן על עור הידיים מכוויות כימיות בדרגות שונות. לאלה מביניכם שרגישים לגומי, ניתן להשתמש בכפפות עם בטנת כותנה. מדי פעם כמו כן יש להפוך את הכפפות, לכבס אותן ולייבש היטב, כדי לנקות את הזיעה המצטברת בתוכן. "אין חומרי ניקוי כימיים שעדיפים על חבריהם", אומרת ד"ר זהבה לבר, מומחית ברפואת עור ודרמטולוגיה קוסמטית. לדבריה, בין חומרי הניקוי הביתיים, ישנם ממיסים אורגניים וחומצות, שהם כולם כימיקלים חריפים. לחומרים הללו יכולת להיספג בגופנו ולחדור אל מחזור הדם שלנו, דרך מגע ישיר עם העור, או דרך מערכת הנשימה והריריות.

ככל שחומר הניקוי מרוכז יותר, כך הוא יגרום לנוזק רב יותר תוך זמן קצר יותר. זה הגיוני לנוכח העובדה שחומר שנועד לפרק שומן שרוף שמצטבר על המחבת, יכול בקלות לפגוע בעור, עד כדי כך שיגרום לנוזק של קילוף השכבה החיצונית של העור ואף לכוויה. גם שימוש תדיר בסבון ידיים ומים עשוי לפגוע בהגנה הטבעית של העור. שימו לב שכעת הניקיונות, העור נעשה



14.78x35.54	32	60	עמוד	ידיעות אילת	04/2011	26712281-9
נייל סטודי - 29010						



לפני הניקיון למרוח קרם ידיים ■ צילומים: אינדקס אופן



מגע ישיר עם חומרי ניקוי יכול להזיק לבריאות

ארום, מכווץ, "שורף" ומיובש. כאשר זה קורה, כל דבר שנמרח, יגרום לצריבה ואי נעימות ואפילו מגע עם מים פושרים עשוי לכאוב.

קצת מים וסבון

תשכחו ממה שלימדו אותנו הסבתות, שלא ירעו בז' מנן על הנוק שבחומרי הניקוי, הגרול בהרבה מזה שבמ' עט לכלוך בריא. קחו את הניקיון בקלות. את הכיירים למשל, אין צורך לחטא בתרסיסים משוכללים. מים חמים יספיקו, ובמקרים קשים, כתוספת סבון. גם החלונות יב' ריקו ללא כל שימוש בכימיקלים. מי שצורך משקאות מוגזים יכול לנצל את המשקאות גם לשימושים טובים כמו ניקוי האסלה. לצקת את תכולת המשקה, להמתין שעה ולשטוף.

אם בכל זאת, יש פינות, בהן אתם מעדיפים לקרצף ללא כפפות, קטיה שו, המדריכה הראשית בחברת 'אור' לי'ממליצה למרוח לפני הניקיון קרם ידיים על בסיס סי' ליקון. קרם מסוג זה ירחח את המים ויישמש כמעטה הגנה לעור הידיים, ולכן חשוב מאוד להקפיד על השימוש בו.

ומה עם הציפורניים?

גם בתהליך הבישול חשוב לשמור על מראה רך ורע' נן. לאחר החשיפה לבצל, שום, דגים, ופעולות כמו לישת תערובת קציצות, הידיים מקבלות ריח לא נעים, ולציפור' הנייים נצמר מעטה שחור. כדי להפיג ריח זה, שפשפו את 'דיכין עם מעט מלח, ואת הציפורניים בלימון טרי, שטפו עם סבון לירדים, והידיים והציפורניים ייראו ויריחו נפלא. קילפתם קישואים ועורכם נשאר מוכתם? פזרו על היד מעט סוכר ושפשפו עם לימון חצוי. כך, כל הכתמים ירדו. איילה עובר, מנהלת מקצועית כרשת 'נייל סטודיו' מציינת כי גם בהגנת הציפורניים יש להשתדל לרכוש מו' צרי ניקיון הנושאים אישור של משרד הבריאות. בנוסף, היא ממליצה להקפיד על שימוש בכפפות חד'פעמיות בכל פעם שטופים כלים, ומנקים את הבית. לרבריה, יש להעדיף סבון, שהוא לרוב חומר מתכלה שמקורו בטבע. לפני תחילת הניקיון, מומלץ למרוח לק (אפילו שקוף) על הציפורניים, הלק יהווה חוצץ בין חומר הניקוי לציפורן ויגן עליהן. לטיפול בכפות ידיים יבשות וסדוקות במיוחד, ממליצה גלי פלטינוב, קוסמטיקאית מחברת 'כריסטינה', על רעיון ייחודי. למרוח לפני השינה, מעט שמן זית. השמן יידכך את עור כפות הידיים, ירגיע ארמוניות ויחזיר להן את הלחות שאבדה להן במהלך הניקיונות והבישולים.