www.beauty-forum.hu
25
9-10

BEAUTY FORUM

BE INFORMED, BE INSPIRED, BE YOURSELF!

Kozmetikai szaklap
MAGYAR KIADÁS

33.
BEAUTY FORUM BUDAPEST
november 7–8.

Bőrtisztítás
A frimátortól a hidrodermabrázióig

GLAM MAKE-UP
Mitől olyan népszerű?

DOSSZIÉ

Peptid-titkok a gyakorlatban

Interjú
Kovács Paulával

„Ez a váratlan lehetőség új lendületet adott az életemnek”

A professzionális bőrápolás új korszaka
DOCTOR BABOR PRO
Lapozz a 44-45. oldalra!
Promóció

BŐRTISZTÍTÁSI 1x1

Minden kozmetikai kezelés és az otthoni ápolás alfája a bőr letisztítása. A letisztítás célja, hogy a bőrön lévő szennyeződéseket, fényvédőt és sminkmaradványokat eltávolítsuk. A megtisztított arcbőr jó alapot képez a további hatóanyagok befogadására.

A letisztításhoz használhatunk arctejet, habot, gélt, kétfázisú gélt, micellás vizet. A szennyeződések eltávolításához detergensekre van szükség, melyek lehetnek felületaktív anyagok, tenzidek, fel nem szívódó olajok, szappanok, amelyek valójában nem a klasszikus szappanok megfelelői, hanem bőrbarát hatóanyagokat tartalmazó lemosók.

A **tenzidek** olyan kémiai anyagok, amelyek csökkentik az oldószer, általában a víz felületi feszültségét, ezzel elősegítik a vízben nem oldódó anyagok, pl. zsírok, olajok vízben való eloszlatását. A bőrön lévő anyagok is zsírszerűek, ezért eltávolításukhoz is zsírszerű (apoláros) vagy zsírszerű és vizes részt is tartalmazó (amfifil) anyagok szükségesek.



Fotó: Canva.com

SZÁRAZ, VÍZ- ÉS/VAGY LIPIDHIÁNYOS BŐR

Ezeknél a bőrtípusoknál csökkent a faggyútermelés, ami magával hozza a dehidratációt is. Sok esetben érzékeny, húzódik, ezért csak kíméletes tenzideket tartalmazó készítményeket, géleket, emulziókat alkalmazzunk, de van, aki az arctejet, arcolajat kedveli.

ZSÍROS, SZEBORREÁS BŐR

A fokozott faggyútermelés miatt ezek a bőrtípusok szívesebben veszik az intenzívebb tisztítást, de figyelni kell arra, hogy ne zsírtalanítsuk túl a bőrt a lemosóval, mert sérülhet a bőrfelszíni hidrofil lipid. Ha megsérült a hidrofil lipid réteg, a bőr védtelenné válik és a szeborreás tünetek rosszabbodhatnak, tehát az egyensúlyt vissza kell állítani**. A zsíros bőrök nem szeretik a zsíros, olajos lemosókat,** inkább a géleket, habokat részesítik előnyben, mert üde, tiszta érzést biztosítanak.
Kombinált bőrtípusnál inkább a domináns bőrtípus dönti el, hogy milyen állagú és összetételű legyen a lemosó.

MODERN LEMOSÓK

A régi tenzideket, pl. nátrium-laurilszulfát egyre inkább felváltják a kókuszból készült tenzidek, pl. cocoglucoside, decyl-glucoside, sodium cocoyl isethionate, disodium/sodium cocoyl glutamate, sodium methyl cocoyl taurate stb. Ezek mind nagyon kíméletesen, de hatékonyan távolítják el a fölösleges faggyút és a szennyeződéseket. **A modern lemosók a tenzidek mellett tartalmaznak peptideket, kollagént, pre- és probiotikumokat, növényi kivonatokat, gyulladáscsökkentő, nedvességmegkötő és nedvességpótló anyagokat, vitaminokat, növényi olajokat, enyhe savakat.** Természetesen a lemosók az adott bőrtípushoz igazítva tartalmazzák a felsorolt anyagokat, és már a letisztítás fázisában is elkezdődhet a minőségi bőrápolás.

TONIZÁLÁS

Általában a letisztítást követi, de a kozmetikai kezelésben és az otthoni ápolásban is sokszor csak a peeling után tonizálunk. Funkcióját tekintve a tonik lehet pH-visszaállító, tonizáló, nyugtató, összehúzó, hidratáló, fertőtlenítő hatású, de mindig a bőrtípusnak megfelelőt alkalmazzuk.

HÁMLASZTÁS, BŐRMEGÚJÍTÁS

Az arc tisztításának következő lépése a hámlasztás, amely segíti és intenzívebbé teszi a hatóanyagok bejutását és felszívódását. Elsődleges célja az elhalt hámsejtek eltávolítása, de hatására

– aktiválódnak a regenerációs folyamatok, serkentőleg hat az osztódó sejtekre;
– finomodik, csökken a ráncok, barázdák mélysége, a pórusok nagysága;
– csökken az aknék kialakulása;
– finomodik a hegek felszíne;
– halványodnak, csökkennek a pigmentfoltok;
– egységesebbé válik az egész bőrkép.

PEELINGEK

Állagukat tekintve lehetnek: gél, gél + szemcse, hab, krém, krém + szemcse, por + folyadék.

■ **Mechanikai peelingek**

A mechanikai peelingek gélek vagy krémek különböző szemcseméretű dörzsanyagokkal.

Hatásukat tekintve a leggyengébbek, hiszen csak a felszínen hatnak, a már éppen leválásra kész szarusejteket távolítják el. Minél nagyobb a szemcseméret, annál több hámsejtet tud eltávolítani.

Az abrazív hatóanyagok lehetnek:

– különböző magőrlemények, bambuszőrlemény, viaszgolyócskák, tengeri homok, cukor, nagyobb szemcséjű só;
– poranyagok: cink-oxid, titán-dioxid, talkum, kaolin stb.

■ **Biológiai peelingek**

A biológiai peelingek a keratint is képesek oldani, ezért mélyebben hatnak. Enzimtartalmuk miatt kémiailag fehérjének tekinthetőek, ezért hőérzékenyek és szeretik a nedves közeget. Ha a biológiai peelinget hidroabrázióval együtt alkalmazzuk, fokozhatjuk a bőr hidratációját már a peelingezés során is.

A leggyakrabban használt fehérjebontó enzimek

– a papain a papayából, a bromelain az ananászból, a ficin a fügéből, az actinidin a kiwiből, a pumpkin enzim a tökből;
– egyéb fehérjebontó anyagok: szubtilizin, proteáz, bacillus ferment, lactobacillus enzim.

■ **Kémiai peelingek**

A kémiai peelingek a legerősebbek, a legmélyebbre hatnak. Hatásmechanizmusuk a zsíroldáson alapul, mivel a korneociták körüli lipid burkot és a ceramidokat oldják. Minél alacsonyabb a peelingben található sav pH-ja és minél kisebb a molekulamérete, annál mélyebbre hatol a szarurétegben.

1 AHA – glikol-, tej-, mandula- és citromsav

Az alfa-hidroxisavak egyenletessé teszik a bőrképet, csökkentik a ráncok kialakulását. Az öregedő, napkárosodott és/vagy száraz, fakó bőr számára ideális. Elősegítik a bőr természetes megújulását, halványítják a pigmentfoltokat és a barnás elszíneződéseket (pl. pattanások utáni barna foltok), és fokozzák a bőr nedvességmegtartó képességét. Éppen ezért szuper választás a bőröregedés jeleinek látható csökkentésére is.

A legismertebb és a leggyakrabban alkalmazott a glikolsav. A tejsav molekulái nagyobbak, ezért lassabban jut be a bőrbe és fejti ki hatását. A mandulasav rendelkezik a legnagyobb molekulákkal – így még lassabban jut be a bőrbe, viszont kevésbé irritál, és így a leginkább alkalmazható érzékeny bőrtípus esetén.

2 BHA – szalicilsav

A béta-hidroxisav a bőr mélyebb rétegeibe jut be, mint az alfa-hidroxisavak. Kettős hatása révén belülről tisztítja a pórusokat, de elősegíti a külső bőrrétegek leválását is. Komedók, aknék, tisztátalan bőr esetén a legjobb választás.

A tág pórusok méretét normalizálja, és jelentős a gyulladáscsökkentő hatása is. Emiatt javasolt rosaceás bőr hámlasztására is: csökkenti a kipirosodás mértékét, egyenletesebb bőrt eredményez.

3 PHA-savak

A polihidroxi savak (glükokonlakton, laktobionsav) egyelőre csak rövid múltra tekinthetnek vissza, viszont annál népszerűbbek, mert hatásukban hozzák az AHA-savak eredményeit, viszont nagyobb molekulaméretük miatt lassabban hatnak, ezáltal kevésbé irritálnak, ezért érzékenyebb bőrön, pl. rosacea esetén is alkalmazhatóak.

Segítik a bőr természetes megújulását, halványítják a pigmentfoltokat, fokozzák a bőr nedvességmegtartó képességét.

■ **Kombinált peeling**

A kombinált peelingek biológiai és kémiai peelingekből állnak, és tartalmazhatnak nedvességpótló anyagokat is.

1 Gyógynövényes mélyhámlasztás

A gyógynövényes mélyhámlasztás egy professzionális, bőrmegújító eljárás, melynek során növényi hatóanyagokat, pl. gyógynövényeket, algákat, enzimeket használnak az



Fotó: Canva.com

elhalt hámsejtek eltávolítására és a bőr megújítására. A mikroszemcsék a bőrbe masszírozva finoman csiszolják a bőrfelszínt, serkentik a sejtképződést, a regenerációt, a vér- és nyirokkeringést, az oxigénellátást, anti-aging, gyulladáscsökkentő és antibakteriális hatásuk van. A kezelés után a bőr púderesen vagy korpázóan hámlik, attól függően, milyen erős mechanikai hatásnak tettük ki.

2 Phytopeeling vagy bioneedling

Az utóbbi időben egyre népszerűbb egy új anyag, a phytopeeling vagy bioneedling. Tengeri vagy édesvízi szivacsokat szárítás után porrá őrölnek, és az őrleményben található különböző méretű tüskék, **ún. szilíciumtűk,** a bőrbe hatolva intenzíven stimulálják az anyagcserét és a kollagénszintézist.

A kezelést követően a púderestől a lemezesig várható hámlás. Ennek mértéke attól is függ, hogy a kozmetikus milyen mélyen masszírozta be a tűcsontokat. A szivacstűk nem szívódnak fel, és akár 48–72 óráig is megmaradhatnak a bőrben. Ezalatt az idő alatt a szervezet folyamatos öngyógyító folyamatai által friss kollagén képződik. A 48–72 óra elteltével a tűcsontok a levált szarurétegel együtt távoznak.

Mindkét eljárással nagyon jól kezelhető az akne, a tág pórusok, a hegek, a pigmentfoltok, a finom ráncok, a striák. Általában már egy kezelés után látványosan javul a bőr, de a kezelt problémától függően több alkalom szükséges.

GÉPEK A HÁMLASZTÁSBAN

■ **Frimátor (körkefés masszírozó) –** Hálózatról vagy elemmel működő készülék, amelyhez kefe, szivacsfej is csatlakoztatható. A bőr letisztítására, az elhalt szarusejtek és a mechanikai peeling eltávolítására, a vérkeringés fokozására szolgál. Fontos, hogy a kefe se túl kemény, se túl puha ne legyen, és mindkét fej könnyen tisztítható legyen. Gyulladásra hajlamos érzékeny bőrön, akne vagy bármilyen ismeretlen eredetű bőrelváltozás esetén az alkalmazása ellenjavallt. Mára a használata kicsit elavult, hiszen vannak már jobb anyagok és technológiák.

■ **Mikrodermabrázió –** Az eljárás lényege, az elhalt szarusejtek ledörzsölése a kezelőfej segítségével.

Kétféle típusú gép létezik.

– Az alumínium-oxid kristályos gép az egyik tartályából adagolja az aluminium-oxid kristályokat a bőrre, majd vákuum segítségével visszaszívja az elhalt hámsejtekkel együtt a másik tartályba.

– A gyémántfejes gép gyűrű alakú kezelőfejein különböző méretű gyémántszemcsék vannak, és attól függően választhatjuk a fejet, hogy milyen bőrön dolgozunk. A csiszolófejet a vákuum a bőrhöz szorítja, és az elhalt hámsejteket visszaszívja a tartályba.

A mikrodermabráziós kezeléseket 2-3 hetente végezhetjük, nagyon jó alapot biztosít akár a tisztításhoz, akár a hatóanyag-bevitelhez. Atrófiás hegek, tág pórusok, hiperpigmentáció, hiperkeratinizáció, fénykárosodott és szeborreás bőrök esetén is szép eredmények érhetők el a rendszeres használatával. Akne, rosacea, szövetszaporulatok, hámhiány, fertőző bőrelváltozás, ekcéma, cukorbetegség esetén, valamint tavasztól őszig nem javasolt a használata. A vízsugaras hámlasztások térhódítása óta a használata visszaszorult.

■ **Hidroabrázió (vízsugaras bőrcsiszolás) –** Létezik hálózatról üzemeltethető és akkumulátoros változatban is. Viszonylag kicsi méretű készülék, amely felhasználható peelingezésre és hatóanyag-bevitelre is. **A készülékben az elasztikus hullámok kavitációt váltanak ki,** és a bőrre felvitt vizes anyag, mint egy mikrorobbanás, megduzzasztja a hámsejteket, ezáltal a köztük lévő kötések fellazulnak, és az elhalt hámsejtek leválnak. Az ultrahangos kezelőfej – készüléktől függően – 20–30 000 ultrahangos rezgést bocsát ki percenként.

Érzékeny bőrökön is kiválóan alkalmazható, mivel egy nagyon kíméletes, de ugyanakkor hatékony is. A kezelés hatására tisztább lesz a bőrfelszín, javul a keringés, az oxigénellátás.

A kezeléshez érdemes virágvizeket/aromavizeket (pl. damaszkuszi rózsa, levendula, citromfű, római kamilla) vagy alkalikus gyógyvizeket (pl. Salvus) használni, mert hatóanyagaik erősítik a hidroabrázió hatását.

A készüléket használhatjuk hatóanyag-bevitelre is, mert hatékonyabb, mint kézzel felvinni, de nem éri el azt a hatást, amit egy jó minőségű ultrahanggal el tudunk érni.

■ **Hidrodermabrázió (AquaClean, HydraFacial) –** Az utóbbi évek egyre népszerűbb kezelése, amely nagymértékben megkönnyíti a nyomkodást, és az egyéb kezeléseknél is egy nagyon jó előkészítés. **Fontos megjegyezni, hogy a tisztátalan bőröknél a nyomkodást nem helyettesíti, azonban sok faggyút eltávolít, tehát a használata mellett is szükség van a mechanikai tisztításra, de mivel csökkenti annak mértékét, így rövidebb idő alatt végezhetünk a kezelés ezen fázisával.** Szinte minden bőrtípusra alkalmazható, azonban az idősödő, elvékonyodott vagy rosaceás bőrökre nem ajánlott.

Különböző típusú gépek kaphatók, általában 3-4 tartállyal, melyben különböző összetételű oldatok vannak. Általában az első oldat AHA-savakat tartalmaz, fő hatóanyagként tejsavat, a másodikban BHA-savként szalicilsav és a harmadikban hidratáló anyagok, főleg hialuronsav szokott lenni.

Létezik olyan gép is, amely hidrogénionokkal látja el a vizet. A hidrogénion kis molekulasúlya miatt mélyen bejut a szövetekbe, ahol a szabad oxigéngyökökkel egyesül, izzadtság és vizelet formájában távozik a szervezetből. Mivel a szabadgyököket nedvességgé alakítja át, ezért hidratáltabbá válik a bőr.

Minél tisztább és hidratáltabb a hámréteg, annál hatékonyabb a sejtek hatóanyag-felvétele.

A hidrodermabrázió egy kombinált technológia, amelynek hatékonysága a hatóanyagok mellett a vákuumban is rejlik. A kezelőfej által kibocsátott tisztító folyadékok feloldják a szennyeződéseket, az elhalt hámsejteket, a faggyút, a komedókat, majd a több erősségben állítható vákuum eltávolítja a felesleges anyagokat a bőrfelszínről. A hidratáló fázisban az oldatban lévő hatóanyagok mélyen a bőrbe penetrálnak, és hosszú távú hidratálást biztosítanak.

■ **Carbon peeling –** A Carbon peeling egy non-ablatív lézeres kezelés, amely után nincs bőrsérülés, azonnal folytatható a mindennapi életvitel.

Működési elve a fényabszorpción alapul: a bőr felületére vékony rétegben felvitt szénalapú krém az abszorbeálódás (elnyelődés) hatására teljesen eltűnik. A szénrészecskék a lézerfénnyel találkozva felrobbannak, behatolnak a pórusokba.

Felhasználási területei:

– heges bőröknél egyenletesebbé teszi a bőrfelszínt;
– tág pórusú, olajos szeborreás bőröknél csökkenti a pórusok méretét, aknénál a bőr tisztább, egyenletesebb lesz, csökken a gyulladás;
– halványítja a pigmentfoltokat;
– serkenti a kollagéntermelődést, feszesíti a bőrt, kisimítja a felszíni ráncokat;
– termikus hatása miatt javul a bőr keringése, ezáltal élettelibbé, üdébbé válik.

Mint látjuk, számtalan lehetőségünk van a bőr előkészítésére, hogy lehetővé tegyük a további hatóanyagok bejuttatását és a kompetenciáinkon belül is eredményeket érjünk el, vendégeink megelégedésére.



Káré Andrea
kozmetikus mester,
gyakorlati oktató, bőresztéta