

A túlzásba vitt bőrápolás kamaszkorban többet árthat, mint használ

Egyre több tizenéves használ felnőtteknek szánt, aktív hatóanyagokat tartalmazó kozmetikumokat – pedig a túlzásba vitt bőrápolás ebben az életkorban akár ronthat is a helyzeten. Tinédzserkorban a rosszul megválasztott bőrápolási rutin bőrszárazsághoz, irritációhoz, sőt akár fájdalmas vagy viszkető allergiás reakcióhoz is vezethet – mondja dr. Kovács Anikó, a Semmelweis Egyetem Bőr-, Nemikórtani és Bőronkológiai Klinika bőrgyógyásza.

Az utóbbi években látványosan átalakultak a gyerekek és tinédzserek bőrápolási szokásai. A közösségi médiában megjelenő trendek hatására már ez a korosztály is egyre fiatalabb életkorban kezd el kozmetikumokat, sminktermékeket és aktív hatóanyagokat tartalmazó készítményeket használni. „Fontos azonban különbséget tenni a között, ha egy fiatalnak valóban van bőrp problémája, vagy teljesen egészséges bőrt kezel” – magyarázza dr. Kovács Anikó. Mint mondja, a fiatal bőr még nem érett, ezért a hatóanyagokkal szemben érzékenyebb és sérülékenyebb, mint a felnőtteké.

A tinédzserkori bőrápolás egyik legnagyobb veszélye a túlzás. A fiatal bőrnek ugyanis nem komplex rutinra, hanem tudatos, mértéktartó ápolásra van szüksége, megbízható készítményekkel. Magyarországon, illetve az Európai Unióban forgalmazott kozmetikumok szigorú ellenőrzésen esnek át, ezért biztonságosabb választást jelentenek, mint az ismeretlen forrásból származó termékek. „Amennyiben lehetőség van rá, érdemes bőrgyógyász vagy gyógyszerész tanácsát kérni a megfelelő termékek kiválasztásakor” – javasolja a szakember.

Azoknak a gyerekeknek, akiknek nincs bőrp problémájuk – például a 10–11 éves korosztály tagjainak – elegendő a gyengéd arctisztítás, például illatanyagmentes micellás vízzel, valamint reggelente egy bőrtípusnak megfelelő fényvédővel. A túlzott hidratálás ebben az életkorban akár panaszokat is okozhat, például száj körüli bőrgyulladást. Az egyik leggyakoribb hiba, ha egészséges vagy enyhén zsíros bőrön pattanás elleni, erősen szárító hatású készítményeket alkalmaznak. Ez könnyen bőrszárazsághoz, irritációhoz, piros, viszkető, akár fájdalmas allergiás reakcióhoz, úgynevezett kontakt dermatitiszhez vezethet.

Tinédzserkorban a leggyakrabban előforduló bőrp probléma a pattanásos bőr. Az akné jellemzően az arcon, súlyosabb esetben a háton vagy a dekoltázson jelenik meg, ahol sok a faggyúmirigy. A kezelés alapja a rendszeres, napi egyszeri vagy kétszeri arctisztítás kifejezetten zsíros bőrre való lemosóval, a smink és a szennyeződések eltávolítása, majd pattanások elleni, aktív hatóanyagokat tartalmazó krémek használata esténként, reggel pedig a hidratálás és a fényvédelem. A szakember arra is figyelmeztet, hogy a közösségi médiában terjedő „házi praktikák” és többféle erős hatóanyag egyidejű alkalmazása kifejezetten ronthatja a tüneteket.

A sminkelés ma már tinédzserkorban is rutinszerű, ugyanakkor fontos, hogy a festéket minden nap maradéktalanul eltávolítsák, és lehetőség szerint ne túl zsíros, nagy fedésű termékeket használjanak.

Ha egy sminkelés vagy kozmetikumhasználat után a gyermek bőre kipirosodik vagy begyullad, az első lépés mindig a termék lemosása. Enyhébb esetekben nyugtató, panthenolt tartalmazó krémek segíthetnek, de ha a tünetek nem javulnak, orvosi vizsgálat szükséges.

Tinédzserkorban a bőrápolás nem verseny: a kevesebb gyakran több, és az életkornak megfelelő, tudatos rutin hosszú távon védi meg a bőr egészségét.

Sajtókapcsolat:

- +36 20 670 1574
- hirek@semmelweis.hu

Eredeti tartalom: Semmelweis Egyetem

Továbbította: Helló Sajtó! Üzleti Sajtószolgálat

Ez a sajtóközlemény a következő linken érhető el:

<https://hellosajto.hu/?p=30503>