

NATURALNE OLEJE W PIELEGNACJI




Kiedy słyszymy słowo „olej” pierwsze co przychodzi nam na myśl, to olej jadalny, stosowany w celach spożywczych, w kuchni. Początkowo więc dziwnym może się wydawać wykorzystanie tych produktów w kosmetyce, a dokładniej w pielęgnacji. Jednak, kiedy przyglądnijemy się dokładniej, z czego składają się oleje i porównamy z budową naszej skóry okazuje się, że dzięki podobieństwom te pierwsze mogą być szeroko stosowane w naszej codziennej pielęgnacji. Oczywiście jest, że ową pielęgnację trzeba dostosować do indywidualnych potrzeb naszej skóry, co nie jest takie trudne, kiedy poznamy podstawowe właściwości różnych olejów.

OLEJ CO TO TAKIEGO


Musimy wiedzieć, że olej to substancja nierozpuszczalna w wodzie, śliska i lepka. Oleje można pozyskiwać z różnych źródeł i w odmiennych celach je wykorzystywać. Mają ogrom dobroczynnych właściwości. Zawierają wiele cennych składników, takich jak wielo-

nienasycone kwasy tłuszczowe, witaminy rozpuszczalne w tłuszczach - A, D, E, K, z których część ma właściwości antyoksydacyjne, przeciwstarzeniowe. W olejach znajdziemy także związki mineralne, które mają właściwości przeciwzapalne. Jedno o czym należy pamiętać, to choć oleje mają podobny

skład, nie są uniwersalne. Każdy typ cery, każde miejsce na naszym ciele, które chcemy olejem pielęgnować ma inne potrzeby. Znając skład poszczególnych olejów możemy śmiało pielęgnować nimi niemal całe ciało, począwszy już od skóry dziecięcej, aż po zarost na męskiej twarzy.



MERZSPEZIAL.PL



- Promienna skóra
- Gęste i lśniące włosy
- Piękne, mocne paznokcie

SUPLEMENT DIETY

„Dzienna wartość spożycia (DWS) oraz ilość każdego suplementu diety zalecanych do spożycia w ciągu dnia można znaleźć na opakowaniach poszczególnych preparatów. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Dla utrzymania prawidłowego stanu zdrowia należy stosować zróżnicowaną dietę i prowadzić zdrowy tryb życia. Suplementy diety nie mogą być stosowane jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety”

Podstawowy podział olejów wyróżnia trzy typy:

- oleje schnące - taki typ oleju wchłania się bardzo szybko pozostawiając skórę matową, np. olej z wiesiołka, czy ogórecznika
- oleje półschnące - to te o lekkiej konsystencji, po wchłonięciu nie pozostawiają skóry lepkiej, np. olej arganowy czy słonecznikowy
- oleje nieschnące - najbogatsze z gamy olejów, wchłaniają się wolno, pozostawiając na skórze tłustą warstwę, np. olej kokosowy, czy makadamia.

Jeżeli decydujemy się na włączenie olejów do naszej pielęgnacji wybierzmy te ze sprawdzonych, najlepiej certyfikowanych źródeł. Najlepsze dla naszej skóry będą oleje tłoczone na zimno, nierafinowane, bez żad-

nych dodatków. Najdłużej swoją trwałość będą zachowywały oleje przechowywane w ciemnych butelkach.

Poniżej najbardziej popularne oleje oraz kilka nietypowych o zastosowaniu, których warto pamiętać:

OLEJ KOKOSOWY

ze względu na posiadany profil kwasów tłuszczowych, jest uważany za najbardziej wszechstronny. Wykazuje działanie łagodzące stany zapalne, odżywia i nawilża skórę. Co ciekawe, po zmieszaniu go np. z sodą oczyszczoną możemy uzyskać domową pastę do zębów.

OLEJ Z WIESIOŁKA

należy do grupy olejków schnących. Dzięki zawartości kwasu gamma-linolenowego, doskonale nawilża i łagodzi skórę.

OLEJEK Z PESTEK MORELI

to również olejek z grupy suchych, nale-

ży do niej ze względu na swoją budowę, która jest podobna do budowy warstwy lipidowej naszej skóry. Dzięki czemu wchłania się bardzo szybko. Posiada lekki zapach marcepanu, co może dodatkowo uprzyjemnić jego stosowanie.

OLEJ Z CZARNUSZKI

ze względu na swoje właściwości przeciwalergiczne i przeciwświądowe znajduje zastosowanie w łagodzeniu problemów skórnych u chorych cierpiących m.in. na atopowe zapalenie skóry.

OLEJ KONOPNY i OLEJ Z PESTEK MALIN

wykazują właściwości antybakteryjne, przeciwzapalne, łagodzące i wygładzające.

OLEJEK Z DRZEWA HERBACIANEGO

stosowany od dawna jako naturalny i bardzo skuteczny środek przeciwbakteryjny i przeciwgrzybiczy. >>

REKLAMA

BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

ROZBUDŹ NATURALNE
ZDOLNOŚCI SWOJEJ
SKÓRY DO OCHRONY
PRZED SŁOŃCEM

Photoderm AR SPF50+

Krem tonujący do skóry
z problemami naczynkowymi

SKÓRA NACZYNKOWA

**ŁAGODZI I REDUKUJE
ZACZERWIENIENIA**



BIOLOGIA WSPARCIEM DLA DERMATOLOGII
Dowiedz się więcej o NAOS, twórcy marki BIODERMA,
francuskiej firmie opartej na ekobiologii - www.naos.com



URODA



REKLAMA

NOWOŚĆ

IWOSTiN
CLINICAL SKIN CARE

HYDRO SENSITIA PREBIO

**NAWILŻENIE I UKOJENIE
DLA SKÓRY WRAŻLIWEJ**

SKUTECZNOŚĆ POTWIERDZONA KLINICZNIE

**OCZYSZCZAJĄCY
ŻEL MICELARNY**
Wszystkie typy skóry
Delikatnie oczyszcza
i usuwa makijaż
Nawilża i łagodzi
Przywraca skórze równowagę

**HYDRO SENSITIA PREBIO
KREM
POD OCZY
Z PREBIOTYKAMI**
Kwas hialuronowy
Prebiotyki

**HYDRO SENSITIA PREBIO
NAWILŻAJĄCY
KREM
Z PREBIOTYKAMI**
Kwas hialuronowy
Prebiotyki

**HYDRO SENSITIA PREBIO
NAWILŻAJĄCY
LEKKI KREM
Z PREBIOTYKAMI**
Kwas hialuronowy
Prebiotyki

IWO/S/2022/12

teva | Zdrowie w Dobrej Cenie

Leczenie objawów alergii, takich jak:

- kichanie
- świąd
- pokrzywka
- swędzenie, zaczerwienienie lub łzawienie oczu
- wodnista wydzielina lub swędzenie nosa



1. NAZWA PRODUKTU LECZNICZEGO AlergoTeva, 5 mg, tabletki powlekane. **2. SKŁAD JAKOŚCIOWY I ILOŚCIOWY** Każda tabletkę zawiera 5 mg desloratadyny. Pełny wykaz substancji pomocniczych, patrz punkt CHPL 6.1. **3. POSTAĆ FARMACEUTYCZNA** Tabletkę powlekana (tabletkę). Niebieskie, okrągłe tabletkę powlekane o średnicy 6 mm, obustronnie wypukłe, oznaczone „LT” wytłoczonym po jednej stronie. **4. SZCZEGÓLNE DANE KLINICZNE** 4.1 Wskazania do stosowania Produkt leczniczy AlergoTeva jest wskazany u dorosłych i młodzieży w wieku 12 lat i starszych w celu łagodzenia objawów związanych z: - alergicznym zapaleniem błony śluzowej nosa (patrz punkt CHPL 5.1) - pokrzywką (patrz punkt CHPL 5.1). 4.3 Przeciwwskazania Nadwrażliwość na substancję czynną lub na którąkolwiek substancję pomocniczą wymienioną w punkcie 6.1, lub na loratadynę. **7. PODMIOT ODPOWIEDZIALNY POSIADAJĄCY POZWOLENIE NA DOPUSZCZENIE DO OBROTU** Teva Pharmaceuticals Polska Sp. z o.o. ul. Emilii Plater 53 00-113 Warszawa Numer pozwolenia na dopuszczenie do obrotu: 22440 wydane przez Prezesa URPLW MiPB **10. DATA ZATWIERDZENIA LUB CZĘŚCIOWEJ ZMIANY TEKSTU CHARAKTERYSTYKI PRODUKTU LECZNICZEGO** Wrzesień 2020 r. Kategoria dostępności OTC - Produkt dostępny bez przepisu lekarza. Charakterystyka Produktu Leczniczego dostępna na stronie www.tevamed.pl. ALGT-PL-00004-11-21

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

REKLAMA

OLEJ TAMANU

rozjaśnia przebarwienia i łagodzi stany zapalne.

OLEJ ZE SŁODKICH MIGDAŁÓW, OLEJ ARGANOWY, OLEJ MAKADAMIA

popularne oleje stosowane w codziennej pielęgnacji skóry i włosów. Mają szerokie właściwości wygładzające, ujędrniające, antyseptyczne, przeciwzmarszczkowe, nawilżające.

OLEJ Z AWOKADO

ze względu na dużą zawartość witamin i niezbędnych nienasyconych kwasów tłuszczowych ma niezwykle działanie odżywcze. Jest wykorzystywany jako składnik w kosmetykach przeciwalergicznych.

ZNAJĄC DZIAŁANIE POSZCZEGÓLNYCH OLEJÓW MOŻEMY JE WYKORZYSTAĆ W PIELĘGNACJI.

W pielęgnacji skóry twarzy oleje wykorzystujemy jako samodzielne preparaty lub możemy je dodać do ulubionego kremu czy maseczki. Pamiętajmy jedynie o konieczności nałożenia bezpośrednio na skórę, pod olej, produktu silnie nawilżającego takiego jak tonik lub hydrolat. Niestety sam olej stosowany przez długi czas może skórę wysuszać. Olej śmiało możemy wykorzystać na początku wieczornej pielęgnacji w celu rozpuszczenia i zmycia zanieczyszczeń oraz makijażu.

W pielęgnacji ciała, możemy oleje wykorzystać już na etapie kąpieli jako dodatek do wody. Warto zwrócić uwagę na konieczność dokładnego spłukania wanny po takiej kąpieli, gdyż na dzień może pozostać tłusta i niebezpiecznie śliska warstwa. Olejem możemy posmarować jeszcze mokre ciało bezpośrednio po wyjściu spod prysznicy, możemy dodać go do balsamu do ciała lub zastosować sam jako pomoc w masażu ciała. Ciekawym sposobem na wykorzystanie fusów z kawy lub soli, czy cukru jest dodanie ich do oleju i stosowanie takiej mieszanki jako gruboziarnistego peelingu.

Na świecie od dawna wybrane oleje wykorzystywane są w pielęgnacji włosów. Najbardziej popularnym i pożądanym w takiej pielęgnacji będzie olej arganowy. Olej odpowiednio dobrany do typu łuski włosa, przyczyni się do poprawy wyglądu włosów. Włosy kręcone najbardziej ze wszystkich typów włosów lubią być pielęgnowane właśnie olejami.

Olejami możemy pielęgnować także rzęsy i brwi. Można tutaj między innymi wykorzystać łatwo dostępny olej rycynowy. Regularnie stosowany przyczyni się do poprawy ich kondycji, przyspieszy wzrost i wzmocni, a także wyraźnie poprawi kolor.

Sporo mężczyzn zapuszcza brody i z ogromną starannością dba





o swój zarost. Panom również oleje mogą pomóc w ich codziennej pielęgnacji. Stosowanie oleju makadamia czy jojoba sprawi, że zarost będzie bardziej miękki i wygładzony. Modelowanie brody stanie się dzięki takim olejom prostsze, a skóra, która podczas zapuszczania zarostu może

się przesuszać, będzie odpowiednio nawilżona i złagodzona.

Oprócz pielęgnacji skóry i włosów, olejami możemy wzmacniać także skórki i paznokcie. Skórki będą nawilżone i miękkie, a paznokcie dzięki lekkim masażowi,

który wykonamy aby wetrzeć olej będą odżywione i przyspieszy się ich wzrost. W ostatnich latach poszerzyła się lista naturalnych olejów roślinnych stosowanych w codziennej pielęgnacji. Odpowiednio dobrane produkty możemy z powodzeniem stosować nawet już u niemowląt. Również u osób dorosłych oleje wykorzystuje się w pielęgnacji niemal całego ciała. Począwszy od olejowania włosów, rytuału który swój początek miał w Indiach, przez pielęgnację zarostu u mężczyzn, demakijażu u kobiet, stosowanie olejów zamiast balsamów do ciała, jak również w pielęgnacji skóry twarzy – wszędzie tam znajdują zastosowanie surowce o właściwościach regenerujących, odżywczych, wygładzających, kojących, wspomagających pracę naszego największego organu jakim jest skóra.

JOANNA URBAŚ

Pracownik Apteki

REKLAMA

LOXON
NR 1
na wypadanie włosów*

LOXON PRO
szampon przeciw wypadaniu włosów u kobiet i mężczyzn

LOXON MAX
Minoxidilum 50 mg/ml
płyn na skórę
leczenie łysienia androgenowego u mężczyzn w wieku 18-65 lat

LOXON 2%
Minoxidilum 20 mg/ml
płyn na skórę
leczenie łysienia androgenowego u kobiet i mężczyzn

PRODUKT KOSMETYCZNY

PRODUKT LECZNICZY

PRODUKT LECZNICZY

*IQVIA Poland Pharmascope MAT 02/2021, Units & Values © 2021 IQVIA and its affiliates. All rights reserved.
LOXON MAX, 50 mg/ml, płyn na skórę. Skład: 1 ml płynu na skórę zawiera 50 mg minoksydylu (Minoxidilum). Substancja pomocnicza o znanym działaniu: glikol propylenowy, etanol 96%. **Wskazania do stosowania:** Leczenie łysienia androgenowego u kobiet i mężczyzn w wieku 18-65 lat. **Przeciwwskazania:** nadwrażliwość na substancję czynną lub na którąkolwiek substancję pomocniczą, u pacjentów z leczeniem i mleczonym nadciśnieniem tętniczym, w przypadkach nagłej lub niewyjaśnionej utraty włosów, jeżeli utrata włosów związana jest z ciężkimi chorobami, takimi jak zaburzenie czynności tarczycy, toczeń układowy, utrata włosów o pewnej powierzchni skóry z powodu stanu zapalnego skóry głowy lub innych chorób, gdy skóra głowy jest ogólna lub zmieniona chorobowo (np. łuszczyca, stan zapalny, skóra głowy jest zaczerwieniona, podrażniona, lub bolesna), u pacjentów, którzy stosują opatunki okluzyjne lub stosują miejscowo inne produkty lecznicze. Podmiot odpowiedzialny: Perigo Poland Sp. z o.o.
LOXON 2%, 20 mg/ml, płyn na skórę. Skład: 1 ml płynu na skórę zawiera 20 mg minoksydylu (Minoxidilum). **Wskazania do stosowania:** Leczenie łysienia androgenowego u mężczyzn i u kobiet. **Przeciwwskazania:** nadwrażliwość na substancję czynną lub na którąkolwiek substancję pomocniczą, nadciśnienie tętnicze. Podmiot odpowiedzialny: Perigo Poland Sp. z o.o.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

BIOFARM®

W ŁÓŻKU
BĄDŹ, KIM
CHCESZ!



Actigra Forte działa nawet:

✓ po 12 MINUTACH ✓ do 5 GODZIN

Actigra Forte zawiera maksymalną dawkę
syldenafilu dostępną bez recepty - 50 mg.



NOWOŚCI!



Actigra, 25 mg, tabletki powlekane: każda tabletki powlekana zawiera 25 mg sildenafilu (*sildenafilum*) w postaci sildenafilu cytrynianu. **Wskazania do stosowania:** produkt leczniczy jest wskazany do stosowania u dorosłych mężczyzn z zaburzeniami erekcji, czyli niezdolnością uzyskania lub utrzymania erekcji prząca wystarczającej do odbycia stosunku płciowego. W celu skutecznego działania produktów leczniczych Actigra oraz Actigra Forte niezbędna jest stymulacja seksualna. **Przeciwwskazania:** nadwrażliwość na substancję czynną lub na którąkolwiek substancję pomocniczą. Ze względu na wpływ sildenafilu na przemiany metaboliczne, w których biorą udział tlenek azotu i cykliczny guanozynomonofosforan (cGMP) nasila on hipotensyjne działanie azotanów. **Przeciwwskazane** jest zatem równoczesne stosowanie sildenafilu z lekami uwalniającymi tlenek azotu (takimi jak azotyn amylu) lub azotanami w jakiegokolwiek postaci. Jednoczesne stosowanie inhibitorów PDE5, w tym sildenafilu i leków pobudzających cyklazę guanilową, takich jak riociguat, jest przeciwwskazane, ponieważ może prowadzić do objawowego niedociśnienia tętniczego. Produktów leczniczych przeznaczonych do leczenia zaburzeń erekcji, w tym sildenafilu nie należy stosować u mężczyzn, u których aktywność seksualna nie jest wskazana (np. pacjenci z ciężkimi schorzeniami układu sercowo-naczyniowego, takimi jak niestabilna dławica piersiowa lub ciężka niewydolność serca). Produkt leczniczy jest przeciwwskazany u pacjentów, którzy utracili wzrok w jednym oku w wyniku niezwiązanej z zapaleniem tęcznic przedniej niedokrwiennej neuropatii nerwu wzrokowego (ang. *Nonarteritic anterior ischaemic optic neuropathy, NAION*) niezależnie od tego, czy miało to związek, czy nie miało związku z wcześniejszą ekspozycją na inhibitor PDE5. Nie badano bezpieczeństwa stosowania sildenafilu u pacjentów: z ciężką niewydolnością wątroby, z hipotonią (ciśnienie krwi < 90/50 mm Hg), po niedawno przeżytym udarze lub zawale serca, z stwierdzonymi dziedzicznymi zmianami degeneracyjnymi siatkówki, takimi jak retinitis pigmentosa (niewielka część tych pacjentów ma genetycznie uwarunkowane nieprawidłowości fosfodiesterazy siatkówki). Stosowanie sildenafilu u tych pacjentów jest przeciwwskazane. **Podmiot odpowiedzialny:** Biofarm Sp. z o.o., ul. Wałbrzyska 13, 60-198 Poznań.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.