

## لضمان نعومة وتألّق بشرتكِ باستمرارِ اختاري المرطب الأنسب لها



08 سبتمبر 2018 - 21:55

يُعتبر الترطيب من أفضل الطرق، لضمان نعومة وتألّق بشرتكِ باستمرار، كما أنه يُعتبر من أبرع الخطوات التي تؤخّر من علامات شيخوخة البشرة، فكيف نستفيد من المرطبات المختلفة؟ أعتقد أنه يجب علينا التعرف على أنواع هذه المرطبات، لمعرفة المرطب الأنسب لكل بشرة وكل وقت من العام.

تعرفي على أنواع كريمات الترطيب المختلفة من خلال السطور التالية:

1. **كريم ترطيب الوجه:** هو كريم ترطيب يحتوي على فيتامينات تغذي البشرة وأحياناً بعض العطور، وهذا المرطب، يمكنك استخدامه طوال اليوم، على بشرتك للحفاظ على ترطيبها باستمرار، كما إنه من الأساسيات التي يجب أن تكون في حقيبتك دائماً.
2. **السيروم:** هو كريم ترطيب، يساعد على تقليل التجاعيد والتخلص من البقع الداكنة في البشرة، فالسيروم يحتوي على مصلٍ خفيفٍ يفيد البشرة، ولكن عليكِ استشارة الطبيب قبل استخدامه، بحيث يقوم الطبيب باختيار النوع الأفضل لبشرتك.
3. **اللوشن:** هو نوع من كريمات الترطيب غير الثقيلة، فهو أخف من الكريم، لذلك يتناسب تقريباً مع أنواع البشرة كافة، كما يتميز بأنه لا يسد مسام البشرة، وبالتالي فهو لن يترك بشرتكِ لامعة أو دهنية.
4. **الكريم:** هو نوع من كريمات الترطيب، ولكنه أكثر سمكاً من اللوشن والسيروم، لذا فهو الأفضل للبشرة الجافة، التي تحتاج إلى ترطيب عميق من الداخل لعلاج الجفاف، عليكِ اختيار الكريم الذي يحتوي على فيتامين B33 والبيبتيدات وحمض الهيالورونيك؛ لأن هذه المكونات تساعد على ترطيب البشرة.
5. **كريمات الليل:** هي كريمات ثقيلة أكثر، ولا تحتوي على أيّ عطور، فهذه الكريمات هي الخيار الأفضل لنوات العمر الكبير، لحماية البشرة من التجاعيد وعلامات الشيخوخة، فعند وضعه قبل النوم ستساعدن البشرة على أن تستيقظ أكثر نضارة وتألّقاً.
6. **المرهم:** هو مرطب كثيف يعتمد على الزيوت التي تحتفظ برطوبة البشرة، فإذا كنتِ من نوات الجلد الجاف جداً، أو تعانين أكزيما معينة أو حروق الشمس، فوضع المرهم هو الحل الوحيد للشفاء سريعاً، ولكن عليكِ استشارة الطبيب قبل استخدام أي نوع من أنواع المرهم.

