**Oddech dla skóry, czyli jak zadbać o cerę w dobie pandemii**

**Okres jesienno-zimowy to doskonały czas na kompleksowe zaopiekowanie się swoją skórą. Niższe temperatury, wyższa wilgotność powietrza i w końcu mniej intensywne nasłonecznienie – te wszystkie czynniki sprawiają, że zabiegi, które wiosną i latem są niewskazane, a czasami wręcz niemożliwe do wykonania, teraz sprawdzą się znakomicie. Zwłaszcza, że tegoroczny czas, jest czasem wyjątkowym. Pandemia COVID-19 i wielogodzinne noszenie maseczek ochronnych – niezbędnych w walce z wirusem – nie pozostają obojętne dla kondycji skóry. Tym bardziej więc warto się o nią zatroszczyć i zaserwować specjalną dawkę energii.**

**Skuteczne połączenie**

Jednym z najpopularniejszych zabiegów w gabinetach medycyny estetycznej i kosmetologicznych jest mikrodermabrazja. W szczególności jesienią i zimą cieszy się on dużym zainteresowaniem. Nic dziwnego – kuracja złuszczająca, jaką zapewniamy poprzez zabieg, zwieńczona jest samoregeneracją skóry, która w jesienno-zimowej aurze rewitalizuje się znacznie szybciej i dogłębniej. Zabieg polega na mechanicznym złuszczeniu zrogowaciałego naskórka i często nazywany jest także mikropeelingiem. W jego rezultacie skóra staje się gładka i oczyszczona oraz pobudzona do regeneracji. Rozszerzone pory, zaskórniki czy trądzik, powstałe lub nasilone wskutek długotrwałego noszenia maseczki ochronnej zostają dzięki mikrodermabrazji zredukowane. To nie wszystko!

– *Moim pacjentkom i pacjentom polecam terapie łączone* – mówi dr Ewa Berlińska, specjalistka medycyny estetycznej i dermatologii z londyńskiej kliniki Eva Cure Clinic oraz polskiej Skin&Smile Berlińska – *Mikrodermabrazję warto uzupełnić o zabieg z wykorzystaniem lasera IPL czy VPL. Dzięki takiemu połączeniu uzyskane efekty są wzmocnione* – dodaje dr Berlińska.

Innymi słowy: niedoskonałości zostają zredukowane, a mechanizmy regeneracyjne pobudzone, co nie tylko skutkuje poprawą kondycji skóry, ale również jej widocznym odmłodzeniem i rozświetleniem na długi czas.

**Ponadczasowy standard**

Dogłębnemu złuszczeniu naskórka służy także oczywiście szeroka gama peelingów. W szczególności tych dostępnych w gabinetach medycyny estetycznej i dermatologicznych.

– *Kuracje z wykorzystaniem peelingów przeprowadzamy przy użyciu specjalistycznych preparatów chemicznych o różnej sile działania* – wyjaśnia dr Berlińska. – *Dobieramy je indywidualnie do potrzeb pacjentek i pacjentów. Takie peelingi od dostępnych w drogeriach preparatów różnią się oczywiście stężeniem, a tym samym efektywnością działania* – dodaje specjalistka.

Glikopeel, peeling migdałowy, peeling pirogronowy czy trójchlorooctowy łączy jedna właściwość – pozostawiają skórę pozbawioną defektów i odświeżoną. Co więcej, seria zabiegów z ich wykorzystaniem ma również istotne działanie przeciwstarzeniowe. Dzięki takiej kuracji skóra, która narażona jest chociażby na przetłuszczenie czy zanieczyszczenia gromadzące się pod maseczką ochronną, może „odetchnąć”. Dobrane przez specjalistę peelingi dogłębnie oczyszczą i zregenerują zmęczoną cerę, a także pozwolą zwalczyć objawy poważniejszych problemów, takich jak na przykład trądzik.

Tegoroczny okres jesienno-zimowy może być dla naszej skóry zbawienny, jeśli dobrze o nie zadbamy. Noszenie maseczek – fundamentalne dla naszego bezpieczeństwa – wcale nie musi oznaczać kłopotów z cerą. Wystarczy się tylko o nią zatroszczyć. Zwłaszcza, że warunki atmosferyczne sprzyjają kompleksowej regeneracji i rewitalizacji w postaci fachowych zabiegów. I jak podkreśla dr Ewa Berlińska – wszystkich wykonywanych w najwyższym reżimie sanitarnym.

<http://www.evacure.co.uk>

<https://skin-smile.pl>