

BEAUTY FORUM

by interteks

Mayıs
05/2015

CESARETLİ OLUN

Sizin ve onun için düğün makyajı

SELÜLİTLERİ TEDAVİ ETMEK

İki uzman - İki yorum

DOSYA:

Göğüs, Boyun ve Dekolte





DEFENSIVE SERIES

Tüm Cilt Tipleri İçin;

Sun Screen **SPF 50**
Cell Protection

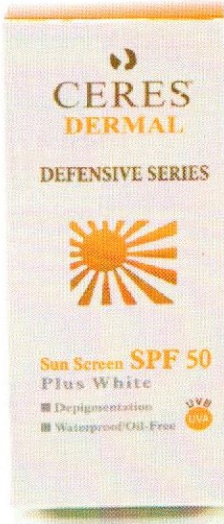
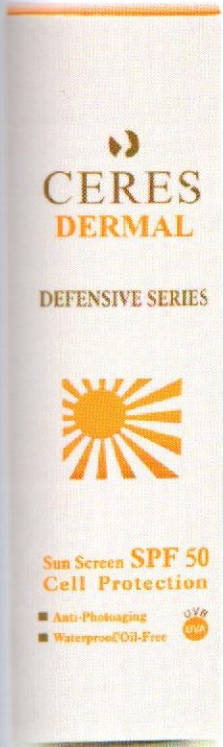


Ödüllü Akıllı Güneş Koruma
Frost & Sullivan Ödülü

Lekeli Cilt Tipleri İçin;

Sun Screen **SPF 50**
Plus White

cilt lekelerine karşı
klinik çalışmalı çözüm!



Dermatolojik Olarak Test Edilmiştir. Fragrance Free • Paraben Free • Oxybenzone Free

Güneş ışınları ve SAĞLIĞIMIZA ETKİSİ

Dünyada yaşayan tüm canlıların ihtiyaç duyduğu enerji kaynaklarından olan güneş, sağlığımız ve güzelliğimiz için de yüksek derecede önem arz etmektedir.

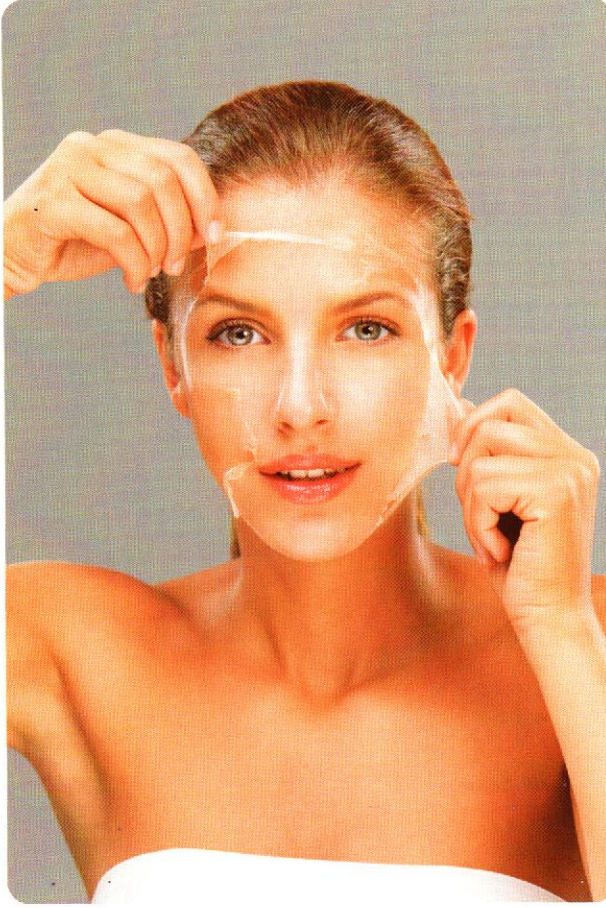


ancak son yıllarda yapılan araştırmalar göstermiştir ki güneş, insan cildi üzerinde birçok önemli probleme de neden olabilecek zararlı etkileri de bünyesinde barındırmaktadır.

Güneşli gün sayısı dünya ortalamasının üstünde olan bir ülkede yaşadığımız için güneş ışınlarına pek çok insandan daha fazla maruz kalmaktayız. Bundan dolayı, sağlığımızı ve güzelliğimizi korumak için

güneş hakkında bilgi edinmeli ve güneş ışınlarının insan sağlığı üzerindeki olumlu ya da olumsuz etkileri konusunda bilinçlenmeliyiz.

Peki, güneş ışınlarının özellikleri nelerdir? Güneş hangi noktada sağlığımız için risk oluşturmaya başlamaktadır? Güneş hakkında yeterince doğru bilgiye sahip miyiz? Ve en önemlisi, sağlığımızı korumak için güneş ışınlarına karşı ne tür önlemlere başvurmamız gerekir?



Birçoğumuz için yabancı bir kavram: morötesi ışınım!

Bildiğimiz üzere güneş, çok geniş bir dalga boyu tayfında enerji verir. Görülebilir mavi ya da mor ışıktan daha kısa dalga boyuna sahip morötesi ışınım, stratosferdeki ozon tabakasıyla büyük ölçüde emilir. Ancak, bu ışınımın bir bölümü yeryüzüne ulaştığı için zararlı bir hal almakta ve güneş yanıklarına (ve insan sağlığı üzerinde başka olumsuz etkilere) neden olmaktadır. Bilim insanları morötesi ışınımı üç türe ayırmaktadırlar: UV-A, UV-B ve UV-C. Bunlardan UV-C, en kısa dalga boyuna sahiptir (100 – 280 nanometre) ve ozon tabakasıyla tümüyle emildiğinden yeryüzüne kadar ulaşmamaktadır, dolayısıyla UV-C ışınlarının vücudumuz için zararlı etkilerinden söz edemeyiz. Bir bölümü ozon tabakasıyla emilen (280 – 320 nanometrelik dalga boyuna sahip) UV-B, insan derisinin katmanlarına UV-A kadar çok etki etmiyor olsa da güneş yanığı, güneşten kararma, DNA mutasyonları ve cilt kanserine yol açtığı bilimsel çalışmalarla ispatlanmıştır. UV-A ışınımı mor ötesi ışınım

arasında insan sağlığı için en büyük tehlikeyi oluşturan ışıdır. (dalga boyu 320 – 400 nanometre) UV-A ışınımı derinin en alt tabakasına kadar etki etmekte ve güneş yanıklarında ve kararmada rol oynamaktadır. Ayrıca, cildin yapısını bozmak suretiyle, kırışıklıklara ve sarkmalara yol açması da UV-A'nın bilinen zararlarından. UV-A'nın belki de en ciddi etkisi ise cilt kanserine neden olmasıdır. Bunun yanı sıra bağışıklık sistemini baskılayıp gözlere kalıcı olarak zarar veriyor olması ise bir başka zararlı etkisidir.

Mor ötesi ışınım düzeyleri değişkendir!

Ozon tabakasının morötesi ışınımı büyük ölçüde emerek yeryüzüne ulaşmasını engellediğini biliyoruz. Ancak, ozon düzeyleri gün içinde ve yıl içinde değişkenlik gösterir. Dünyanın belli bölgelerinde ozon gazını parçalayan gazlar nedeniyle ozon tabakasının incelmesi de bugün herkesçe bilinen bir gerçektir. Güneş gökyüzünde ne kadar yüksekse, morötesi ışınım düzeyi de o kadar yüksek olur. Yani, morötesi ışınım gün içinde ve yıl içinde değişkenlik gösterir. Tropikal kuşağın dışındaki bölgelerde en yüksek düzeye yaz aylarında, güneşin tepede olduğu gün ortası saatlerde ulaşır. Ekvatora yaklaştıkça da, morötesi ışınım düzeyi artar.

Morötesi ışınım, farklı yüzeylerce farklı oranlarda yansıtılıp saçılabilir. Örneğin, taze kar, % 80, kumsaldaki kuru kumlar % 15, denizse % 25'e varan oranlarda morötesi ışınım yansıtabilir. Morötesi ışınım, denizin yarım metre altına bile yüzeydeki % 40'ı oranında ulaşır. Bulutlu havalarda da morötesi ışınım düzeyleri yüksek olabilir. Örneğin, bu ışınımın % 90'dan fazlası hafif bir bulut örtüsünü geçebilir. Bulutlu bir yaz gününde, hava çok sıcak olmasa da güneşten yanabiliriz. Işınlardan saçılması da farklı yüzeylerden yansımaları gibi etki yapar ve toplam morötesi ışınım düzeyinin artmasına yol açar.

Güneş ve sağlığımız

Güneşin, cilt kanseri ve erken cilt yaşlanması gibi sağlık sorunlarıyla ilişkisi, bugün bilimsel açıdan hiçbir şüpheye yer bırakmayacak biçimde kanıtlanmış durumda. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) verilerine göre, tüm dünyada her yıl üç milyon melanoma (kötü huylu) olmayan, yaklaşık 132.000 kadar da kötü huylu melanoma cilt kanseri vakası görülüyor. Tüm dünyada tanı koyulan her üç kanser vakasından birinin, cilt kanseri olduğu da bulgular arasında. Buna ek olarak, katarakt görülen hastaların yaklaşık % 20'sinde, hastalığın ortaya çıkışında en önemli etkenin güneşe maruz kalmak olduğu belirlenmiştir.

Morötesi ışıma aşırı düzeyde maruz kalmanın bilinen en yaygın etkisi, güneş yanığı olarak adlandırılan kızarıklılıktır. Cilt tipine bağlı olarak, derinin kızarma eşiği ve morötesi ışıma uyum sağlama becerisi insandan insana değişkenlik gösterir. Morötesi ışıma uzun süreli olarak maruz kalmak, derideki hücrelerde, lifli dokularda ve kan damarlarında bozulmalara yol açar. Morötesi ışıma cilt yaşlanmasını hızlandırır; cildin esnekliğini kaybetmesi sonucu kırışıklıklar oluşur, cilt kalınlaşır.

Güneş ışımları hakkında doğru kabul edilen yanlışlar

- Yanlış Bronzlaşmak, güneşin zararlı etkisinden korunmayı sağlar.
- Doğru Açık renk tenli bir insanın bronzlaşması, en çok 4 koruma faktörlü bir güneş kremi kadar koruma sağlar.
- Yanlış Bulutlu bir günde güneşten yanmak mümkün değildir.
- Doğru Güneşten gelen morötesi ışımanın % 90'ı, ince bir bulut tabakasından geçebilir. Atmosferdeki sis, morötesi ışıma düzeyinin artmasına yol açabilir.
- Yanlış Kış aylarındaki morötesi ışıma tehlikeli değildir.
Doğru Morötesi ışıma düzeyleri genellikle kışın yaza göre düşüktür. Ancak, kardan yansıma, özellikle yüksek irtifalarda morötesi ışıma miktarının iki katına çıkmasına yol açar. Özellikle, hava sıcaklıklarının düşük, ancak güneşten gelen ışınların güçlü olduğu ilkbahar aylarında dikkatli olmak gerekir.
- Yanlış "Güneşten koruyucu krem beni koruduğuna göre güneşte uzun süre kalabilirim."
Doğru Güneşten koruyucu kremler, güneşte daha uzun süre kalabilmek için değil, kaçınılmaz olarak güneşe maruz kaldığında korunmak amacıyla kullanılmalı.
- Yanlış Güneşlenirken düzenli olarak ara verilirse, güneş yanığı olmaz.
- Doğru Gün içinde toplam olarak ne kadar süreliğine morötesi ışıma maruz kaldığı önemlidir; aralıklarla maruz kalınmış da olsa, morötesi ışımanın toplam zararı değişmez.
- Yanlış Güneş ışınlarının sıcaklığını hissetmezsek, güneşten yanmayız.
- Doğru Güneş yanığına, morötesi ışıma neden olur ve morötesi ışıma ısınma duygusuna neden olmaz. Isınma duygusu, güneşten gelen kızılötesi ışıma bağlıdır; morötesi ışıma değil.



DR. ERKAN ALDEMİR

1 | MEDİKAL ESTETİK UYGULAMALAR SONRASINDA: CERES

Cildin, kalitesini kaybetmiş ölü tabakasının, milimetrik iğneler yardımıyla soyulması işlemi olan Dermapen ve Dermapen roller da, Ceres Regenerative Cream ve Lotion'un efektif kullanım alanları arasındadır. Bu işlemlerin iğneli mekanizmalarının ciltte yarattığı tahriş ve kızarıklık, Regenerative Cream ve Lotion kullanılarak kısa sürede giderilmekte ve cilt sakinleştirilip, hızla yenilenmektedir.

"Tüm medikal estetik uygulamalarda çözüm ortağınız" sloganı ile yola çıkan Ceres, Beta Glucan içerikli ve etkinliği klinik çalışmayla onaylanmış Regenerative Cream ve Lotion ile bu iddiasını ispatlıyor.

www.cereskozmetik.com

2 | OZON

Kararsız yapısına rağmen, ozon molekülü zeytin yağı gibi bir doymamış yağ asidinin çift bağları arasında ozonid olarak stabilize edilebilir. Ozonlanmış yağ topikal olarak; Anaerobik enfeksiyonlar (loksijensiz ortam hastalıkları), radyodermatit, selülit, egzema, akne, sivilce ve siyah nokta, sedef ve saçlı deri hastalıklarında kullanılabilir. Zayıflama ve cilt bakım cihazları ile kombineli olarak kullanıldığında daha kısa zamanda ve daha iyi sonuç almak mümkündür.

www.ozon.com.tr

3 | CİLT BAKIMINDA YENİ TANIMLAR

Tek seferde temizleme, peeling, ekstraksiyon, hidrasyon ve antioksidan sağlar. Cerrahi olmayan, enjektörsüz işlem, rahatsızlık vermez. Cilt yenileme ve cilt gençleştirme. Gözle görülür kırışıklıkların, pigmentasyonların, akne ve daha fazlasının giderilmesi. Tıkanık gözeneklerin ve pürüzlü cildin hemen iyileştirilmesi..

www.kocyyigitmedikal.com.tr

1 |



2 |



3 |

