

סודות העור היפה

מדריך לעור זוהר ובריא  
מעט ד"ר כריס ורלקי



דוליצקי 4 תל אביב

0544-720249 , 03-5257521

[www.aromaderm.co.il](http://www.aromaderm.co.il)

## קצת עלי...

שמי כריסטינה ורלקי-עצמון ועליתי לארץ בשנת 2002, לאחר שקיבלתי דוקטורט במשפטים בהונגריה.

כמו כל עולה חדש שמגיע לארץ חדשה, גם החיים שלי השתנו לגמרי כשעליתי ארצה. בעקבות השינויים שעברתי, החלטתי שאני רוצה ללמוד ארומתרפיה. תחום הרפואה האלטרנטיבית וצמחי המרפא, תמיד היה מוכר וקרוב ללבי. אמי, הייתה בעלת חנות הטבע הראשונה, בבעלות פרטית, שנפתחה ב-1989 בהונגריה. כילדה גדלתי בין חליטות ושמנים אתריים וכך מגיל צעיר נחשפתי לסגולות וליכולות, של צמחי המרפא והשמנים האתריים. לא פנינו לרופא בכל עניין פעוט. אנטיביוטיקה ותרופות סינתטיות היו מחוץ לתחום!

כאשר בחרתי ללמוד ארומתרפיה וקוסמטיקה פרה-רפואיות, זה היה אך טבעי עבורי, להתחבר למקור ממנו אני מגיעה. חשוב לי כמטפלת לעזור לאנשים וההתייחסות שלי כאשר אני עושה זאת, היא להסתכל על המטופלים שלי כמכלול. מכיוון שכך, כאשר מטופל מגיע אלי, אני מציעה לו מגוון פתרונות אשר מתייחסים אליו ולא רק לסימפטומים שהוא מציג.

במהלך השנים, עבדתי כמדריכה בין-לאומית בחברות קוסמטיקה מובילות בארץ ובחו"ל. ליוותי ולימדתי נשים שהגיעו ללמוד את תחום הקוסמטיקה והיופי ויצא לי להכשיר את דור הקוסמטיקאיות, במהלך אותן שנים. עוד במהלך אותן שנים, יצא לי להכיר לעומק את תהליך הפיתוח והייצור של מוצרי קוסמטיקה, כפי שהם מיוצרים בארץ.

לאחר שצברתי ותק רב בתחום, החלטתי לפתוח קליניקה לארומתרפיה שבה כולכם תוכלו ליהנות מקסם השמנים האתריים ומטיפול הוליסטי, מקצועי ברמה הגבוהה ביותר.

ה"אני מאמין שלי", כפי שהוא בא לידי ביטוי בחזון שלי בקליניקה, משלב **קוסמטיקה רפואית עם רפואה משלימה**. בצורה זו אני מצליחה להגיע לתוצאות יוצאות דופן ובזמן קצר עם מטופליי, בכל הנוגע לבעיות שמטרידות אותן הן במישור החיצוני כפי שהוא בא לידי ביטוי על עורם והן במישור הפנימי, שלא אחת משפיע ישירות על המראה החיצוני.

## פרק 1 - מהו סוג עורך ?

החלוקה הקלאסית - רגיל, יבש, שמן - יכולה להיות נקודת התחלה, אך אינה מכסה את כל סוגי העור. כאשר קוסמטיקאית מאבחנת את התכונות השונות של עורך היא מתבוננת במאפיינים הבאים: יכולת ייצור חלב של העור, תכולת הלחות, אופי הנקבוביות, עובי של סיבים אלסטיים, יכולת ההתחדשות, צבע העור, ורגישות. אלה המאפיינים העלולים להשתנות עקב ההשפעות הסביבתיות (למשל האקלים, מזג אוויר, חימום, מזגן, עישון וכו'!), התהליכים המטבוליים שמתרחשים בגוף וההזדקנות, שלא פוסחת על אף אחד מאיתנו.

להגדיר את מצב העור הנוכחי קל ביותר בעזרת מילוי השאלון הבא. אם אתה מרגיש שאינך יכול למלא את השאלון לבד, אל תהסס לפנות אלי. הרשימה שלהלן מסבירה כמה תכונות שיש להפנות אליהן את תשומת הלב ולנקוט בפעולות הנדרשות על מנת לשפר את המצב.

### העור מתייבש כאשר:

- שימוש בחומרי ניקוי חזקים מדי להסרת שומנים (אלכוהול, סבונים)
- חוסר הסרה של שאריות הסבון לאחר רחצה
- מים קשים מדי! (בישראל כמעט בכל מקום)
- קרם הלחות שאינו מותאם נכון לסוג העור
- השכבה העליונה של העור התעבתה והתייבשה כל כך עד שהקרם אינו יכול להיספג
- שתיית מים מועטה
- שמנוניות מוגברת בעור (נובעת כתוצאה מ - קור, מזגן, גילאים מתקדמים)
- קרינת שמש המייבשת את העור
- כאשר הלחות באוויר נמוכה הדבר משפיע על רמת הלחות בעור וניכרת תחושת היובש בעור

### נקבוביות נסתמות:

- כאשר לא מטפחים את העור נכון
- כאשר מייבשים את העור עם תכשירים המכילים אלכוהול
- כאשר מורחים על העור קרמים המכילים ווזלין, פרפין או שמנים מינרלים אחרים
- כאשר מתאפרים באופן קבוע ולא מסירים את האיפור לפני השינה
- כאשר לא מנקים את הפנים היטב לפני שהולכים לישון

### העור עלול לפתח רגישות:

- כאשר משתמשים בסבון אנטיספטי באופן קבוע
- כאשר מזניחים את טיפול וטיפוח העור
- כאשר משתמשים בתכשירי קוסמטיקה המכילים חומרים הגורמים לעור נזק

**מאפייני העור לפי הסוגים העיקריים:****עור רגיל**

- גוון ורדרד. חי
- נקבוביות סגורות אפילו לא רואים אותן
- גמיש ומתוח
- עור בעל גוון אחיד
- עור קטיפתי, תכולת הלחות ושומן אופטימאלית
- עובי סביר
- אין פצעונים, קומדונים (שחורים)

**המלצת תכשירי טיפוח בסיסיים:**

1. ניקוי פנים קוסמודרם להסרת איפור ולכלוך סביבתי
2. קרם לילה משקם אורגניקס
3. קרם לחות אורגניקס בחורף או קרם לחות פוסטפיל בקיץ.
4. מקדם הגנה ON מכבים SPF 30 (עם מייק אפ או רגיל)

**יבש (חסר שומן ומים)**

- עור חסר ברק, עור מט
- נקבוביות סגורות
- אין פצעונים, קומדונים (שחורים)
- לאחר הניקוי מייד מופיעה תחושה של מתיחות ויובש
- לפעמים יש קילופי קשקשת
- לא מספיק גמיש
- אם לא מורחים קרם העור מאוד רגיש, מקבל אדמומיות או/גירודים
- כאשר יש שינוי מיזג אוויר הוא הופך להיות רגיש ביותר

**המלצת תכשירי טיפוח בסיסיים:**

1. ניקוי פנים אורגניקס או ON מכבים לעור יבש NR
2. קרם לילה משקם רפיניטי או קרם לילה ON מכבים נאוטרזן L
3. קרם לחות אורגניקס בחורף או קרם לחות פוסטפיל בקיץ.
4. סרום אורגניקס להזנה ואיזון עמוק
5. מקדם הגנה ON מכבים SPF 30 (עם מייק אפ או רגיל)

**שמן קלאסי**

- עבה במיוחד
- לא רגיש בכלל
- ברק חיצוני קבוע
- הנקבוביות פתוחות בעיקר באזור האף
- לעיתים קרובות יש פצעונים, קומדונים
- גוון צהבהב - אפרורי

**המלצת תכשירי טיפוח בסיסיים:**

1. ניקוי רפיניטי או ON מכבים לעור שמן DM
2. קרם לילה ON מכבים נאוטרזן G
3. קרם לחות פוסטפיל בקיץ.
4. תחליב רפיניטי או GIGI דרמה קליר סרום לאיזון הפרשות
5. מקדם הגנה ON מכבים SPF 30 (עם מייק אפ או רגיל)

**שמן מיובש חיצוני**

- עור חסר ברק או מבריק באיזור האף
- נקבוביות פתוחות
- מחוספס ושמוני למגע
- מתקלף בצורת קשקשת
- מאוד רגיש לחילופי עונות
- עור רפוי חסר גמישות

**המלצת תכשירי טיפוח בסיסיים:**

1. ניקוי רפיניטי או GIGI אורגניקס
2. קרם לילה ON מכבים נאוטרזן G או קרם משקם קוסמודרם
3. קרם לחות פוסטפיל בקיץ או GIGI קרם לחות אורגניקס בחורף
4. תחליב רפיניטי או ON מכבים סרום נאוטרזן R
5. מקדם הגנה ON מכבים SPF 30 (עם מייק אפ או רגיל)

## פרק 2 – מבנה העור

### תפקיד העור

העור שלנו הוא בעצם מערכת הגנה מתקדמת ורב תפקידית והאיבר הגדול ביותר בגוף. הוא שומר עלינו מהתקפות של זיהומים ומשינוים בטמפרטורה חיצונית.

כדי להבין את פעולת התכשירים ולקבל תמונה יותר רחבה בהקשר לקוסמולוגיה, מצאתי לנכון להציג בפניכם את מבנה העור.

העור שלנו בנוי משלוש שכבות: אפידרמיס דרמיס והיפודרמיס.

### האפידרמיס

השכבה העליונה ללא כלי דם ובעצמה מורכבת ממספר שכבות. האפידרמיס נקשר לשכבת הדרמיס האמצעית ע"י השכבה הבזלית, שכבה בה נוצרים תאים חדשים כל העת וכן נמצאים בה תאי המלנין שצובעים את עורינו. התאים של השכבה הבזלית נעים כלפי מעלה והופכית לתאים מתים ההופכים להיות שכבה קרנית. תהליך התחדשות האפידרמיס אורך בין 21-28 יום כשבסופו נושרים התאים המתים מגופינו. רוב הטיפולים לחידוש העור נעים סביב מחזוריות זמן זה.

### הדרמיס

שכבת הדרמיס שהיא השכבה האמצעית ובה נמצאים כלי דם, שורשי השיער, שרירים הזוקרים שיער בעת פחד והתרגשות(עור ברווז) בלוטות זיעה וחלב עצבים. מכל השכבות השכבה הזו אחראית על אספקת המזון וחמצן לתאים, נותנת תמיכה לאפידרמיס והעבה ביותר.

### ההיפודרמיס

השכבה התחתונה, שכבת שומן תת עורית, מבודדת את גופינו מחום קור פגיעות גופניות, מחברת אותנו לשלד ואחראית על המראה שלנו אם הוא שמן או רזה.

טיפול בעור הוא רק תירוץ לשיפור אורח חיינו ובריאותיינו:

1. עור בעל מראה צעיר ובריא חשוב לשיפור האטרקטיביות שלנו אך הייעוד העיקרי שלו הוא לבנות חוצץ בין גופינו לסביבה החיצונית, מבודד חום וקור ומגן מפני חיידקים, חומרים כימיים זיהומים, פיטריות, אקלים.

2. העור שלנו רווי סנסורים, מוליכי עצבים שמאפשרים לנו ליהנות ממגע אדם אוהב, ממסאג' מענג, המגע משחרר ומשפיע על מצב הרוח. העור גם אחראי על אותות מצוקה מחום, קור ומכות.

3. חוש המישוש הוא אחד מחמשת החושים שמחברים אותנו לקלוט את הסביבה החיצונית באמצעות מסרים דרך קולטנים עצביים ולחץ נפשי משפיע על בריאות העור ולכן רוגע, הוא תנאי הכרחי, לבריאות הגוף בכלל והעור בפרט.

4. העור הוא איבר חי ונושם ואחראי על יוסות הקור והחום של גופינו וכן על ייצור ויטמין D האחראי על ספיגת סידן לעצמותינו. כדי שיתרחש ייצור הוויטמין, (זהו הוויטמין היחיד שנוצר בגוף, את כל השאר אנו מקבלים ממזון) מומלץ להיחשף לשמש אך לא יותר מ10 דקות יומיות, מעבר לכך הקרינה מזיקה!!! אדון בהרחבה בנושא בוער זה בהמשך...

ההזדקנות הינה תהליך שמתרחש אצל כולנו ובלתי נמנע, כפי שכבר ידוע. הקצב נשלט ונקבע על פי אורח חיינו בעיקר על פי הגנטיקה של כל אחד מאיתנו. רוב הקמטים נוצרים משיזוף, עישון, תזונה לא נכונה ואלכוהול.

הגורם המרכזי להזדקנות הגוף הוא לחץ השוחק את הגוף. לחץ משפיע על הגוף בזמן בו הוא מתרחש ואף בהנצחת זיכרון שלילי על הגוף וכך השפעתו מתמשכת כל עוד אנחנו משתמשים בזיכרון הזה. יש שיטות המסייעות להפחתת לחץ ותיכנות פעילות המוח מחדש ע"י מדיטציות, NLP שינון מנטרות(משפטי חיזוק) וחיזוק הקשר שלנו עם גופינו בכבוד ואהבה וטיפוח רגש זה.

## המיתוסים בקשר לאקנה

אקנה, כידוע היא אחת בעיות העור הנפוצות ביותר. מניסיוני במהלך השנים, לא אחת שמת לי לב, שכאשר קוסמטיקאית עושה את כל המאמצים להיפטר מהפצעונים המוגלתיים והכואבים, במקרים רבים חוסר שיתוף הפעולה של המטופלים לא מאפשר את קבלת התוצאות רצויות.

### היכן האחריות של המטופל נכנסת לתמונה?

האקנה, היא מחלה של בלוטות החלב בעור וישנם מספר סוגי גורמים לתופעה. על מנת להתאים לך את הטיפול הנכון ביותר, נצטרך לגלות את הנסיבות הגורמות להתפתחות האקנה.

### גורמים ראשוניים לאקנה:

- נטייה גנטית
- חוסר איזון הורמונאלי
- אקנה הנוצר בזמן הווסת
- צריכת יתר בחלבונים (בשר, מוצרי חלב)
- מתח (אצל סטודנטים ובני נוער בזמן מבחנים למשל)
- אלרגיה למזונות מסוימים
- מתכות דנטאליות בשיניים
- עצירות (חוסר מזון בסיבים, צריכת נוזלים נמוכה)
- בעיות פסיכולוגיות (למשל ביטחון עצמי ירוד)
- חוסר פעילות גופנית
- תכשירים קוסמטיים המסירים את המעטפת הטבעית של העור ומכילים חומרים קומדוגנים (גורמים לייצור קומדונים)
- תרופות וסמים

### סיבות רפואיות לאקנה:

אלו גורמים שלא תלויים בהתנהגות, ניהול דרך חיים או בחוסר תשומת לב לסימנים מזהירים, באמצעותם הגוף מנסה לתקשר עמנו.

1. פעילות יתר של בלוטות החלב הגורם לעודף סבום (שמנונית על פני העור): בגיל ההתבגרות ובכל שלב בחיים שישנם שינויים הורמונאליים בגוף (למשל היריון, גיל המעבר), בהחלט עלול להיווצר מצב, שהאיזון בין הורמוני המין הנשי והזכרי (אסטרוגן ואנדרוגן) מופר. במצבים הללו יש עודף של אחד מן ההורמונים, דבר הגורם לתגובה אלרגית שמתבצעת בייצור יתר של חלב ע"י בלוטות החלב.

2. חיידק האקנה: במילים פשוטות, *propionibacterium acne*, הוא באג הפצעון. באג זה נפוץ מאוד, והוא חי על עורם של רוב האנשים. הוא שורד בחומצות השומן שנוצרו

בחלב. הוא קשור לאקנה דלקתית, המהווה את האקנה נפוצה המשפיעה על החזה, הגב, הפנים של אחת למספר אנשים.  
**3. דלקת:** דלקת היא בעצם תגובה של מערכת החיסון. לכן מחלות קשות עלולות להיות טריגרים להתפתחות האקנה.

### כיצד מטפלים באקנה?

היום ישנן שתי דרכים עיקריות בטיפול באקנה.

- 1. טיפולים חיצוניים:** במריחת תכשירים על העור המגורה, המכילים נגזרות ויטמין A (טבעי או סינטטי) בליווי צמוד של אנטיביוטיקה. כמובן אפשר להבדיל בין שיטת הטיפולים לפי מקור החומר הפעיל, אם הוא טבעי, אורגני או מגיע מן המעבדה.
- 2. טיפולים פנימיים:** מדובר בנטילת כדורים ותרופות, בעיקר אנטיביוטיקה, הורמונים ונגזרת ויטמין A. הצורה הזו אולי לא מוכרת לכם, אך אם אומר "ראקוטן", כולם יגידו: "אהה, ודאי שאנו מכירים". כאן גם יש אפשרות להבדיל בין הטיפולים לפי תמציות טבעיות או תרופות סינטטיות.

חשוב לדעת שטיפול באקנה, הוא טיפול מתמשך ומתרחש גם בבית וגם בטיפולים בקליניקה. לא ניתן לבחור ביניהם, מכיון שרק השילוב יכול להעניק לכם תוצאות מהירות ומספקות.



**המיתוסים בקשר לטיפול אנטי-אייג'ינג**

תמיד הרגשתי שהמילה הזו, אנטי אייג'ינג תוקפנית מידיי, ומזכירה לי את תופעות העור שאני נלחמת בהן יום - יום.

אנטי אייג'ינג' עבורי משמעו, להפטר מהקמטים, לטשטש את כתמי השמש והגיל, לשחזר את גמישות העור ולהעניק לו חיות.

**מתי כדאי להתחיל בטיפול אנטי-אייג'ינג?**

ככל שזה נשמע מפחיד, חשוב לדעת כי הזדקנות העור מתחילה בגיל 20. כמובן בתחילה אנחנו לא רואים את הסימנים, כי כמו כל דבר שמתפתח לאט, גם הזדקנות העור היא פצה שקטה, שמתקתקת ומביאה את התוצאות הלא רצויות בהדרגתיות. לכן מניעת הקמטים ואיבוד לחות גם צריכה להתבטא בטיפול הדרגתי, כלומר מגיל 20. כבר מגיל זה יש להתחיל להשתמש בקרם לחות, פילינג ומקדם הגנה!

**מהו טיפול אנטי אייג'ינג מקצועי?**

כאשר קוסמטיקאית מבצעת טיפולים מן הסוג הזה, היא בעצם מחקה את תהליכי העור הטבעיים שמתרחשים בעור. העור מחדש את עצמו בשלבים מסוימים: נולדים תאים חדשים, תאים מתים נושרים, לחות העור מתחלפת, אספקת האנטי אוקסידנטים והמזון של תאי העור משתנה. התהליכים האלו נותנים לחיקוי בשתי דרכים:

**טיפול פילינג:**

פילינג הוא סוג של טיפול או שלב בטיפול קוסמטי, הגורם לעור להתחדשותו על ידי הסרת תאים המתים או/ושכבות העליונות של העור. ברגע שאנו מבצעים פילינג, העור מתרגם את הפעולה בתור גירוי ישיר לייצור תאים חדשים, במקום אלה שהוסרו. מצד שני, עם נשירת התאים המתים העור מקבל גוון ורדרד, חי ורענן. התפקיד המוכר ביותר של הפילינג, הוא הכנת העור לקליטת חומרים פעילים, שנועדים להחדרה כגון אנטי-אוקסידנטים, מינרלים וחומרי הזנה.

**החדרת חומרי אנטי אייג'ינג**

כל חומר שמעכב את הזדקנות העור משתתף בקטגוריה הזו. לפי הגורמים ישנן שתי קבוצות שעל ידן תהליך ההזדקנות מתרחש. גורמים חיצוניים כמו קרינת השמש המקפיץ את פעולת הרדיקלים החופשיים, עישון ומזון מסוים. האנטי-אוקסידנטים מקטינים ומנטרלים את השפעתם של הקבוצה הזו. אנטי-אוקסידנטים הם ויטמינים כדוגמת ויטמין C, E או A.

הגורמים הפנימיים הם מסרים הנמצאים ב-DNA שלנו. נגד השפעתם אנחנו נלחמים עם אנזימים, חומצות אמינו, שהם רכיבים טבעיים של הגוף.

טיפול אנטי אייג'ינג יעיל ביותר בשילוב של טיפולי פילינג מחדש והחדרת חומרים מעכבי הזדקנות!

### מיתוסים בנוגע להבהרת העור

כולם רוצים עור חלק בעל מרקם ומראה אחידים. טיפולי הבהרה לאו דווקא מיועדים "להבהיר" את העור, אלא להעניק לו מראה אחיד. כיצד ניתן לאפשר זאת בעולם האסתטיקה? בואו נבחן את שלבי הטיפול המקצועי בקליניקת ארומהדרם!

אבחון נכון של הבעיה, הוא בעצם הבסיס להצלחת הטיפול. לאחר ניקוי העור נאבחן לאיזה סוג עור הלקוח שייך ולאיזה גוון וצבע. ישנם שלושה סוגי עור: פנוטייפ שחור, פנוטייפ לבן ואסייתי ופנוטייפ השייך לבעלי שיער ג'ינג'. הסיווג הזה נועד לתת לנו תשובה על קצב ייצור המלנין, הפיגמנט של העור. המלנין "צובע" את העור שלנו ומעניק לגוף הגנה מפני קרינת ה-UV.

חשוב לדעת שמי שסובל לרוב מפיגמנטציה אלו בעלי גוון העור השחור ובעלי גוון העור הג'ינג'י.

מכוון שארומהדרם מייצגת קליניקה שבה קוסמטיקה רפואית משולבת עם רפואה משלימה, סוג העור יאובחן על פי סיווגים המקובלים בעולם הרפואה והדרמטולוגיה.

### מה גורם לכתמים (פיגמנטציה)?

- נטילת תרופות כגון: אנטיביוטיקה, גלולות נגד היריון.
- מחלות במערכות שונות בגוף (למשל חוסר איזון בתפקודי כבד)
- היריון
- כתם שמופיע לאחר דלקת בעור (למשל לאחר פצעי בגרות, כויות, תגובה אלרגית של העור)

### כיצד מטפלים בפיגמנטציה ומבהירים בארומהדרם את כתמים?

ישנן שתי דרכים בטיפול: הראשונה, פילינג והשניה החדרת חומרי הבהרה. אנו מאמינים בשילוב של שתיהן בעקבות ניסיון רב שנים בתחום. באופן הדרגתי מרגילים את העור להגיב לחדירת חומרים פעילים שגורמים לעיכוב ייצור הכתם. בפועל מורחים תכשירים המכילים חומר פעיל לפירוק פיגמנטציה בנוטכנולוגיה מתקדמת, המאפשרת לחדירה עמוקה. במקביל מחדשים את השכבה העליונה של העור בעזרת פילינגים מקלפים. השילוב של שתי השיטות גורם לתוצאות מוצלחות ולגוון עור אחיד.

חשוב לדעת, שטיפולי הבהרה מעניקים לכם פתרון לטווח ארוך ולכן גם לוקחים זמן, עקב אופי השינויים בתהליכים אנטומיים של הגוף. הטיפולים מתבצעים בסדרת טיפולים. הטיפול המלווה בבית הינו בלתי נפרד ומתרחש בשימוש בתכשירים לפי הנחיות מקצועיות ולפי המצב האישי של כל מטופל.

## באילו מוצרים לא מומלץ לטפל!

### כיצד בוחרים מוצרי קוסמטיקה? מהם המרכיבים שעדיף להימנע מהם?

1. סודיום לאוריל סולפאט (**Sodium Lauryl Sulfate (SLS)**)  
 חומר ניקוי (דטרגנט) חזק שממיס שומן ושמן, לכן הוא מנקה היטב. בדיוק בגלל התכונות האלו הוא עלול להוריד את מעטפת העל עורית, העשויה מחלב (שומן) וכך לפגוע במערכת החיסון של העור. שימוש יתר ומינון גדול גורם לגירוי ודלקת העור. מחקרים מוכחים שה-SLS פוגע במערכת עצבים מרכזי ובהתפתחות של העיניים. בטיפול בילדים ותינוקות מאוד חשוב להימנע משימוש.

2. חומרים משמרים (הפראבנים) (**methyl, propyl, butyl, and ethylparaben**)  
 תפקידים למנוע התפשטות חיידקים העלולים לגרום לקלקול מוצר קוסמטי. בתעשיית הקוסמטיקה משתמשים בחומרים הללו די הרבה, למרות העובדה שהם מרעילים את הגוף. הם עלולים לגרום לגירוי וגירוד העור, אדמומיות וכאבים.

3. שמנים מינרלים (**mineral oils**)  
 מופק מנפט, הגורם למעטפת העור להראות כמו פלסטיק, וסותם את הנקבוביות. משבש את היכולת של העור לסלק רעלים, מאיץ התפרצות האקנה והפרעות אחרות. מאט את תפקוד העור בייצור תאים חדשים. כתוצאה מכך נגרמת הזדקנות מוקדמת של העור. משתמשים בו במוצרים רבים (למשל בשמן תינוקות. הוא שמן מינרלי 100%! כל נגזרת משמן מינרלי יכולה להיות אחראית לגרימת סרטן. השימוש בשמנים גורמים לאנשים המשתמשים בהם, תלות מסוימת בגלל התחושה שלהם ונוכל לראות זאת, בעיקר בשפתונים! החומרים הללו עלולים להיכנס לגוף מהשפתיים הרבה יותר בקלות ולהתאכסן בכליות, בכבד ובמערכת הלימפטית. השמות המופיעים ברשימה הם נגזרות של שמן מינרל ומכילים את החומרים שכאמור עויינים את העור:

- Mineral oil
- Liquidum paraffinum
- Paraffin oil
- Paraffin wax
- Petrolatum

## באילו מוצרים יש להשתמש בבית על בסיס יומי?

התמדה והתאמה – מילות מפתח לעור יפה. יום אחרי יום, העור שלנו מגן עלינו מנזקי הסביבה וקרנת ה-UV. זו בדיוק הסיבה שעלינו לטפל בעור על בסיס יום יומי.

### כיצד מתחילים?

כמה פעמים שמעתם מקוסמטיקאית שחשוב ביותר לנקות את הפנים? ניקוי הפנים מקבל חשיבות רבה בטיפול היומי בבית. כיצד מוודאים שתכשיר הניקוי שלנו מתאים לעורנו? לכל סוגי העור מותאם ניקוי פנים אחר.

עור יבש – חלב פנים ומי פנים או ג'ל ניקוי

עור רגיל – כל סוגי הניקוי

עור שמן – סבון וג'ל ניקוי

עלי לציין שאלו רק דוגמאות למרקם התכשיר בלבד וכאן אני לא מתייחסת לחומרים הפעילים שבתוכם!

מרקם התכשיר יכול להיות אינדיקציה טובה להתאמת המוצר ולבחירתו בשלב הראשון. לאחר מכן עלינו להתייחס לחומרים הפעילים שמעניקים לעור לחות, איזון והפחתת הפרשת חלב. בשלב האחרון כדאי לנו לבדוק שהתכשיר לא מכיל חומרים שעלולים לגרום לאלרגיה, גירוי או חלילה סרטן.

### כיצד ממשיכים?

קרם לחות טיפולי הוא המפתח שלך לעור בריא וזוהר! קרם לחות אמור להיספג מהר, להעניק לחות, להגן מנזקי הסביבה בעזרת אנטי-אוקסידנטיים, לאזן את הפרשות העור, לתקן את המעטפת העל-עורית ורצוי שהלחות תכיל מקדם הגנה מפני השמש.

שימוש בקרם לחות טוב ומתאים הינו הטקס המינימאלי שעלינו לבצע מידי יום, על מנת לעזור לעורנו להשלים את תפקידו היטב.

### כיצד משתדרגים?

סרום, קרם עיניים, צוואר ופילינג... אלו הארסנל האמיתי לקבלת תוצאות אופטימאליות ורצויות. האם ידעתם ש..

סרום מכיל בתוכו חומרים פעילים באחוזים הגבוהים ביותר מכל התכשירים. נגזרות מחוזקות (ויטמינים, רטינול, חומצות אלפה הידרוקסיות וחומצות אמינו). מכיוון שמרקם התכשיר בדרך כלל מובנה לספיגה עמוקה יותר, מורחים את הסרום לפני קרם לחות או כל קרם אחר.

קרם עיניים בנוי במיוחד לטפל באזור הרגיש של העיניים. ההבדל המשמעותי בינו לבין קרמים אחרים, שהוא מכיל בתוכו חומרים מרגיעים, המיועדים להעניק רוגע לעיניים עייפות וטיפול עדין. החומרים הפעילים שנבחרים בדרך כלל מטפלים בנפיחויות, הצטברות נוזלים, כהויות וטשטוש קמטים.

הצוואר... חשוב ביותר לציין שהאזור הזה מראה לכל העולם את גילנו האמיתי, לכן חשוב להתחיל לטפל בו כבר בגיל יחסית צעיר. למעשה, קרם צוואר ומסיכות, מיועדים לשפר את גמישות רקמת החיבור ולהזין את הרקמות העמוקות.

## אין זמן מוקדם מדי להתחיל לטפל בעור!

### מהם הטיפולים המקצועיים במכון יופי?

מתי מגיעים לקוסמטיקאית? לשם מה ללכת לטיפול אם אין לי בעיות בעור? (באמת אין מה לשפר?) מצד שני אם יש לי פצעים וכתמים מה לעשות? העור שלי יבש למרות שאני מורח קרם כל יום... מה הפתרון?

קוסמטיקה, כמו כל מקצוע הדורש ידע תיאורתי וניסיון פרקטי, מעניקה לכם תשובות ופתרונות לשאלות שנשאלו קודם. כדי שתקבלו תמונה רחבה ומסודרת, אני מתייחסת לטיפולים המקצועיים שמתבצעים במכון יופי משתי בחינות:

- אופי חומרים הפעילים: טבעי, אורגני או רפואי (מיוצר במעבדות)
- פתרון לבעיות הנפוצות: אקנה, אנטי-אייג'ינג והבהרה.

כאשר מחליטים על טיפול כזה או אחר אני תמיד מתייחסת לרצון ולציפיות של הלקוח ולנתונים האנטומיים של העור. לפי הלו"ז, הרגלים והמצב הפיננסי האישי של כל אחד ואחת אני מחליטה עם הלקוח ביחד, מהו סוג הטיפול המתאים לו ביותר, ומהם המוצרים הנכונים לו לשימוש בבית.

### שלבי הטיפול הקוסמטי הקלאסי

כל טיפול הוא יחידה בפני עצמה אפילו אם הוא מהווה חלק מסדרת טיפולים, מכון שהעור משתנה מיום ליום (רגישויות, שינוי באקלים, מערכת הורמונאלית) ולכן צריך להתייחס אליו כמו לבחורה עם מצבי רוח 😊

ישנם שלבים בטיפול שבדרך כלל לא משתנים וחוזרים על עצמם אפילו אם הקוסמטיקאית בוחרת להשתמש בחומרים אחרים מפעם לפעם.

- ניקוי פנים והסרת האיפור
- פילינג
- ניקוי עמוק (הוצאת שחורים, וניקוז נגעים אחרים)
- חיטוי והרגעה
- עיסוי (לא תמיד)
- מסיכות
- קרם לחות ומקדם הגנה

כמובן אופי הטיפול משתנה לפי הבעיה בה נטפל, משום שהחומרים הפעילים מגיעים בצורה שונה. (למשל בתור פילינג או מסיכה)

העיקר שתמיד נהנים מהאווירה והרוגע שמלווים את הטיפול, מתשומת הלב ומהיחס האישי!

**הפתעה קטנה – מתנה שווה**

אני מאמינה בעבודה מקצועית, יחס מכובד, התמדה, השקעה בלקוחותיי ולכן החלטתי לפרגן לכל אלה שקראו והתענינו בספר הזה. כולי תקווה שקיבלתם תמונה שלמה יותר בקשר לעולם הקוסמטיקה המקצועית.

למחזיקי ספר זה אני מתכבדת לצרף את שובר המתנה לקבלת מיני טיפול פנים, כדי שתתרגמו לחוויה, את קראית הספר! מחכה לכם אצלי בקליניקה ובתיאום מראש.



**הזמנה לטיפול מפנק עבורך!**

**מרכז האסתטיקה ארומהדרם מעניק לך במתנה**  
**טיפול יופי מפנק ומחדש לעורך\***

הטיפול כולל ייעוץ מקצועי ובניית תוכנית טיפול סותאמת עבורך להמשך התוצאות בבית

למימוש ההסבה התקשרי אלינו לקביעת המועד הנוח לך לקבלת הטיפול

דוליציקי 4 תל אביב 64366, טל. 03-5257521, 054-4720249  
 cris.atzmon@gmail.com www.aromaderm.co.il

**AROMADERM**  
 ארומהדרם - מרכז אסתטיקה  
 טיפול יופי

\*מימוש הנלווה מתנה בדיואום מראש (ניתן לשדרג את הטיפול לטיפול גורף יותר במסגרת תשלום) בכפוף לתקנון הקליניקה

אני מקווה שנהנתם מקריאת הספר! נתראה בקרוב בקליניקה!

שלכם באהבה,

ד"ר כריס ורלקי-עצמון, ארומתרפיסטית פרא-רפואית