

USSE

แต่งตัวให้โก้กับ
FASHION
360

UP
DATE
NEW COLLECTION
FALL/WINTER
2013

สัมภาษณ์ 5 นางเอกใน
THE SIXTH
SENSE
SERIES²

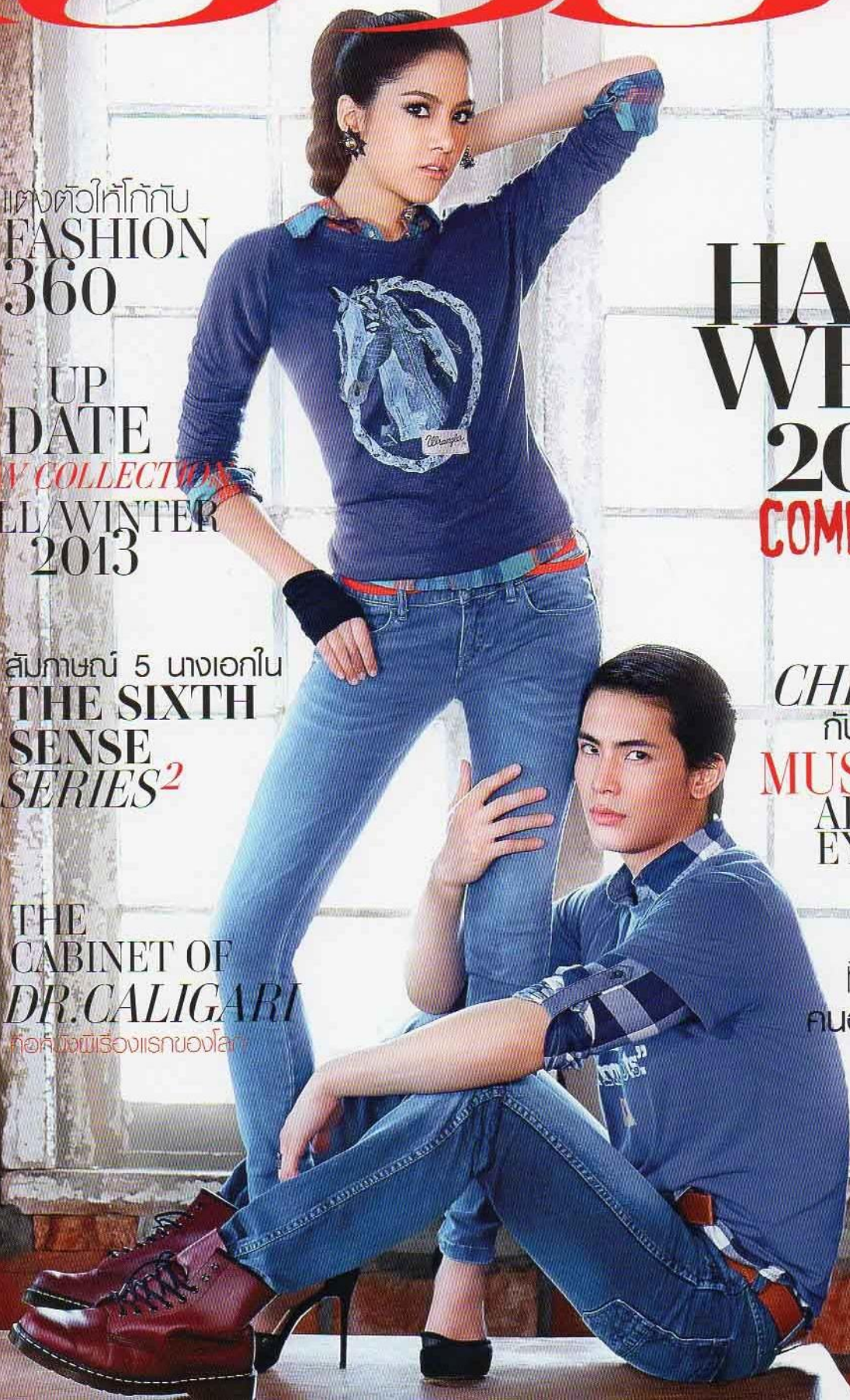
THE
CABINET OF
DR. CALIGARI

ทอล์คโชว์มีเรื่องเรกของโลก

HALLO
WEEN
2013
COMEBACK

CHIC Y'ALL
กับเรื่องขงคิ้ว
MUST READ
ALL ABOUT
EYE BROWS

ที่เดียวในโลก
คนอ้วนถูกเบรกด
ที่นิวซีแลนด์





กริตาเมนต์ผิวหน้า จำเป็นแค่ไหน?

อยากหน้าสวยใสเรียบเนียนต้องทำอย่างไร คงเป็นคำถามที่ติดอยู่ในใจสาวหลายๆ คน ถ้าอยากสวยใสแบบกึ่งใจ คงต้องไปพึ่งเทคโนโลยีเลเซอร์เข้ามาช่วย แต่บางคนอยากสวยใสแบบธรรมชาติ การมาร์กหน้า กริตาเมนต์ก็ช่วยแก้ปัญหาของผิวหน้าได้ Health News ฉบับนี้มีกูรูจากศูนย์ดูแลสุขภาพผิว เอสเทอร์ สปริงส์ สาขาไลฟ์เซ็นเตอร์ คิวแอ็สลุพบี 'คุณณัฐนิกั วิรสกาศปานกุล' ผู้เชี่ยวชาญด้านผิวพรรณ มาให้ข้อแนะนำสำหรับการทำกริตาเมนต์

"ก่อนอื่นเราต้องเข้าใจความหมายของการทำกริตาเมนต์ว่าทำเพื่ออะไร กริตาเมนต์ผิวหน้า คือกระบวนการเพื่อปรับนิบตีผิวหน้า อาจมีหลายขั้นตอน ซึ่งแต่ละขั้นตอนจะเน้นเพื่อการขจัดปัญหาแต่ละสภาพผิว ไม่ว่าจะเป็นการทำความสะอาดผิวหน้า การใช้เครื่องฟลลอะอองน้ำอาจเป็นชนิดอุ่นหรือเย็น ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ที่ต้องการ การผลัดเซลล์หรือขจัดเซลล์ผิวที่เสื่อมสภาพโดยไม่ทำลายผิว การกดบีบสิวอย่างถูกหลักสุขอนามัย การนวดหน้าเพื่อกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต การมาร์กหน้าเพื่อให้สารอาหารตามความต้องการของผิว การบำรุงด้วยผลิตภัณฑ์ที่ช่วยปรับสภาพผิว บำรุงคืนความแข็งแรง ลดเลือนริ้วรอย ลดการอุดตันเพิ่มความกระชับใส เหล่านี้คือการทำกริตาเมนต์"

ทั้งนี้อายุและความถี่ในการทำกริตาเมนต์นั้นขึ้นอยู่กับปัญหาของผิว ซึ่งผู้เชี่ยวชาญด้านผิวพรรณจะเป็นผู้วิเคราะห์ แนะนำกริตาเมนต์ ความถี่ของการเข้ารับบริการ รวมถึงวิธีการดูแลด้วยตนเองที่บ้านอย่างถูกต้อง ปัญหาผิวที่คนส่วนใหญ่ไม่ว่าจะอยู่ในวัยใดมักเป็นกังวล คงหนีไม่พ้นเรื่องของริ้วรอย ซึ่งแบ่งออกตามช่วงอายุดังนี้

อายุระหว่าง 20-30 ปี โดยทั่วไปผิวยังคงมีความเรียบเนียนสดใสและกระชับ อาจมีปัญหาผิวขาดความชุ่มชื้น มีริ้วรอยเกิดขึ้นในบริเวณที่มีการแสดงออกของอารมณ์ เช่นรอบดวงตาและรอบปาก (สัญญาณแรกๆที่บอกถึงริ้วรอยก่อนวัย) แต่ผิวยังมี

การสร้างใหม่ทุกๆ 14-25 วัน ซึ่งทำให้ผิวยังคงดูมีสุขภาพดี สำหรับผิวที่เริ่มมีริ้วรอย แนะนำให้รับบริการกริตาเมนต์เพื่อป้องกันริ้วรอยก่อนวัย 3 ครั้ง ภายใน 2 เดือน

อายุระหว่าง 30-40 ปี การผลัดเปลี่ยนแปลงเซลล์ผิวเริ่มช้าลง โดยเฉลี่ยอยู่ที่ประมาณ 30 วันขึ้นไป ในช่วง 10 ปีนี้ ผิวจะมีความหมองคล้ำและเริ่มขาดความกระชับ ผิวอาจมีสภาพขาดความชุ่มชื้นและแห้งลงกว่าเมื่ออายุ 20 กว่าปี การผลิตน้ำมันลดลง ทำให้ปริมาณน้ำมันที่ปกป้องผิวมีน้อยลง ริ้วรอยปรากฏชัดขึ้น โดยเฉพาะบริเวณรอบดวงตาและปาก ความยืดหยุ่นของผิวลดลง เนื่องจากคอลลาเจนและอีลาสตินมีการเสื่อมลง แนะนำให้รับบริการกริตาเมนต์เพื่อแก้ปัญหาเรื่องริ้วรอย 3 ครั้งติดต่อกัน 3 สัปดาห์ และดูแลต่อเนื่องเดือนละ 1 ครั้ง ในระหว่างสัปดาห์สามารถรับบริการกริตาเมนต์เพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นให้กับผิวได้สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

อายุระหว่าง 40-50 ปีขึ้นไป ด้วยผลจากการเผชิญกับรังสี UV และการลดลงของเอสโตรเจน เป็นสาเหตุให้โครงสร้างผิวที่อยู่ลึกลงไปมีการยุบตัว ผิวขาดความสามารถในการกักเก็บความชุ่มชื้น ผิวขาดความกระชับและยืดหยุ่นขึ้นผิวบางลงและมักขาดความชุ่มชื้นอยู่เสมอ ริ้วรอยลึกขึ้นและปรากฏอยู่ทั่วไปบนหน้า แนะนำให้รับบริการเพื่อต่อต้านริ้วรอย 6 ครั้งภายใน 6 สัปดาห์ติดต่อกัน

นอกจากอายุและสภาพผิวหน้าแล้ว การตัดสินใจเลือกทำกริตาเมนต์ เราต้องมั่นใจว่าศูนย์ดูแลผิวนี้ให้บริการอย่างมีมาตรฐาน ผู้เชี่ยวชาญที่ให้บริการมีความรู้พอที่จะให้คำปรึกษาและแนะนำวิธีการได้ถูกต้อง ผลิตภัณฑ์ที่ใช้ในการทำกริตาเมนต์มีคุณสมบัติและประสิทธิภาพที่ชัดเจน ความหลากหลายของผลิตภัณฑ์ที่สามารถแก้ปัญหาแต่ละสภาพผิวได้ เพราะหากขาดสิ่งเหล่านี้ไป ความคาดหวังของคุณเกี่ยวกับการแก้ปัญหาผิวที่คุณรักย่อมเป็นไปได้