

B S'in Cilt Bakımı ve Korunmasına Yönelik Kapsamlı Rehberi

Cilt bariyerini nasıl koruyacağınız, nemlendireceğiniz, temizleyeceğiniz, aktif maddeler kullanacağınız ve her yaşta sağlıklı bir cildi nasıl sürdüreceğinize dair kapsamlı bir eğitim rehberi.

Giriş

Sağlıklı bir cilde mucizevi bir krem ya da pahalı bir içerikle ulaşılamaz. En etkili yaklaşım, cilt bariyerini korumak, çevresel hasarı sınırlamak, nemi sürdürmek, pigmentasyon ve iltihabı yönetmek ve bireysel ihtiyaçlara göre aktif maddeler kullanmak üzere tasarlanmış tutarlı bir rutindir. Modern dermatoloji, günlük güneş korumasını, nazik temizliği, nemlendirmeyi ve iyi seçilmiş aktif maddeleri vurgular. Bu rehber eğitici niteliktedir ve bir dermatolog veya sağlık uzmanıyla yapılacak bireysel konsültasyonun yerine geçmez. B S Felsefesi: Koru. Nemlendir. Onar. Tedavi et. Muhafaza et.

1. Cilt Korumanın Beş Temel Prensibi

1. Cildi ultraviyole radyasyondan koruyun. UV maruziyeti, erken cilt yaşlanmasının en önemli dış faktörlerinden biridir. İnce çizgilere, kırışıklıklara, düzensiz pigmentasyona, güneş lekelerine, elastikiyet kaybına, doku değişikliklerine, kollajen bozulmasına, foto yaşlanmaya ve cilt kanseri riskinin artmasına katkıda bulunabilir. Dermatologlar, geniş spektrumlu, SPF 30 veya üzeri güneş kremi, gölge ve koruyucu giysiler önermektedir. Güneş kremi sadece yaz için değildir: günlük bir adımdır. Günlük kural: her sabah, temizle -> gerekirse nemlendir -> güneş kremi sür. Açık havada uzun süre kalındığında, yaklaşık her iki saatte bir ve yüzdükten veya terledikten sonra tekrar uygulayın.

2. Cilt bariyerini koruyun

Cilt bariyeri, aşırı su kaybını azaltır ve çevresel etkenlere karşı koruma sağlar. Hasarlı bir bariyer, kuruluk, gerginlik, pullanma, kızarıklık, yanma, artan hassasiyet ve aktif maddelere tolerans göstermede zorluklara neden olabilir. İyi bir rutin, cilde sürekli olarak asitler, peelingler ve birden fazla aktif madde ile saldırmamalıdır. Daha fazla ürün, daha iyi cilt anlamına gelmez. Bariyeri destekleyen bileşenler: seramidler, gliserin, hyaluronik asit, skualen, petrolatum, dimetikon, shea yağı ve diğer uygun yumuşatıcılar ve nemlendiriciler. Dermatologlar, cildin hala hafifçe nemli olduğu zaman nemlendiriciyi uygulamanızı, suyu hapsetmek için önermektedir.

3. Temizleyin, ancak aşırı temizlemeyin

Temizleme, kir, fazla yağ, makyaj, güneş kremi ve çevresel partikülleri ortadan kaldırır. Ancak agresif temizlik cildi tahriş edebilir ve kurutabilir. Önerilen yaklaşım: cilt tipinize uygun nazik bir temizleyici kullanın. Birçok kişi için günde iki kez temizlemek yeterlidir; aşırı terlemeden sonra ek temizlik yapılabilir. Gereksiz ovmaktan kaçının. Pürüzlü partiküllerle fiziksel eksfoliasyon özellikle hassas cildi tahriş edebilir. Cilt tipine göre: kuru cilt (nazik nemlendirici temizleyici), yağlı cilt (cildi çok gergin bırakmadan fazla yağı temizleyen temizleyici), karma cilt (dengeli temizleyici ve bölgeye göre nemlendirmeyi ayarla), hassas cilt (kokusuz nazik formüller ve yeni ürünleri yavaşça tanıt).

4. Nemlendirme isteğe bağlı değildir

Nemlendirme, rahat ve sağlıklı görünen bir cildi korumak için temeldir. Bir nemlendirici, kuruluğu azaltabilir, rahatlığı artırabilir, bariyeri destekleyebilir, dehidrasyondan kaynaklanan ince çizgilerin görünümünü azaltabilir, dokuyu iyileştirebilir ve belirli tedavilere toleransı artırabilir. Kuru cilt: zengin kremleri veya gerekirse merhem bazlı ürünleri tercih edin. Normal cilt: iklim ve ihtiyaçlara göre bir losyon veya krem yeterli olabilir. Yağlı cilt: hafif bir jel veya komedojenik olmayan bir nemlendirici tercih edilebilir. Karma cilt: gerekirse farklı bölgelerde farklı dokular kullanın. İdeal nemlendirici, mutlaka en pahalı olanı değildir: cilt tipinize uygun doğru formülasyon fiyattan daha önemlidir.

5. Güneş Kremi: En Önemli Yaşlanma Karşıtı Adım

Otomatik olması gereken bir cilt bakımı alışkanlığı varsa, o da günlük güneş korumasıdır. SPF 30 veya üzeri, geniş spektrumlu UVA/UVB koruması ve gerektiğinde suya dayanıklılık arayın. Güneş kremi maruz kalan bölgelere uygulayın: yüz, kulaklar, boyun, dekolte, eller ve diğer açık alanlar. Dudaklarınızı unutmayın: SPF 30+ içeren bir dudak ürünü ek koruma sağlar. Amerikan Dermatoloji Akademisi, dışarı çıkmadan önce güneş kremi sürülmesini ve dışarıda yaklaşık her iki saatte bir, ayrıca yüzdükten veya terledikten sonra tekrar uygulanmasını önermektedir. Pigmentasyon endişesi olanlar için, demir oksit içeren renkli bir güneş kremi, koyu lekelerle katkıda bulunabilecek görünür ışığa karşı ek koruma sağlayabilir. Güneş kreminin yanı sıra, gölgelik alanları, şapkalar, güneş gözlükleri, koruyucu giysiler ve bilinçli alışkanlıklar kullanın. DSÖ, UV indeksi 3 veya daha yüksek olduğunda güneş korumasını önermektedir.

6. Sabah Rutini

Adım 1 — Nazik Temizlik. Cildinizi cilt tipinize göre temizleyin. Cildiniz çok kuru veya hassassa, sabah agresif temizlik her zaman gerekli olmayabilir. Adım 2 — Antioksidan veya Spesifik Serum. Bireysel ihtiyaçlara göre bir serum kullanılabilir. Potansiyel bileşenler: C vitamini, niasinamid, hyaluronik asit veya bir dermatolog tarafından seçilen diğer antioksidanlar veya aktif maddeler. Herkesin tüm aktif maddelere ihtiyacı yoktur. Adım 3 — Nemlendirici. Cilt tipinize uygun bir nemlendirici kullanın. Özellikle kuru veya gergin hissedilen bölgelere uygulayın. Adım 4 — Güneş Kremi. Geniş spektrumlu SPF 30+ ile bitirin. Bu, makyajdan önceki temel son adımdır.

7. Akşam Rutini

Gece cilt bakımı farklı bir amaca hizmet eder: birikmiş ürünleri ve çevresel kirleticileri temizlerken cildin doğal iyileşme süreçlerini desteklemek. Adım 1 — Makyaj ve güneş kremi çıkarın. Nazik bir temizleme yaklaşımı kullanın. Gerekirse, ilk temizleyicinin ardından nazik bir temizleyici kullanın.

Adım 2 — Bakım. Belirli bileşenlerin devreye girdiği yer burasıdır. Kişiyeye göre: retinoidler/retinol, niasinamid, azelaik asit veya bir dermatolog tarafından önerilen diğer bakımlar. Adım 3 — Nemlendirici. Cilt tipinize uygun bir nemlendirici ile bitirin. Cilt kuru veya tahriş olmuşsa, daha fazla aktif madde eklemek yerine rutini basitleştirin.

8. Retinol ve Retinoidler

Retinoidler, cilt yaşlanmasının çeşitli belirtileri ve akne ile ilgili belirli sorunlar için en iyi incelenen topikal bileşenler arasındadır. Dermatologlar, agresif bir şekilde başladığında tahriş meydana gelebileceği için bunları kademeli olarak kullanmaya başlamayı önermektedir. Potansiyel faydaları arasında ince çizgilerin görünümünü iyileştirme, dokuyu pürüzsüzleştirme, düzensiz pigmentasyon görünümünü iyileştirme, akne yönetimini destekleme ve cilt yenilenmesini artırma yer alır. Retinoid nasıl kullanılır: Yavaş başlayın. Örneğin, 1-2. haftalar: haftada 2 gece. 3-4. haftalar: yalnızca cilt ürünü iyi tolere ediyorsa artırın. Adaptasyondan sonra: sıklık, ürün talimatlarına ve bireysel toleransa göre artırılabilir. Rahatlığı artırmak için nemlendirici kullanabilirsiniz. Önemli: Retinoidler herkes için uygun değildir. Hamile olan veya hamile kalabilecek kişiler kullanmadan önce bir sağlık uzmanına danışmalıdır. Reçeteli retinoidler tıbbi tavsiyeye göre kullanılmalıdır.

9. C Vitamini

C vitamini, antioksidan özellikleri ve düzensiz pigmentasyon ile foto-yaşlanmış cildin görünümünü iyileştirmedeki potansiyel rolü nedeniyle kozmetik formülasyonlarda yaygın olarak kullanılmaktadır. Ancak, formülasyon, konsantrasyon, stabilite ve bireysel tolerans önemlidir. Pratik kural: otomatik olarak en güçlü konsantrasyonu seçmeyin. Sürekli kullanabileceğiniz iyi formüle edilmiş bir ürün, tahrişe neden olan aşırı güçlü bir üründen daha faydalı olabilir.

10. Niasinamid

B3 vitamininin bir formu olan niasinamid, çok yönlü bir bileşendir. Cilt bariyerini destekleme, düzensiz cilt tonu, aşırı yağlanma ve genel cilt bakımı odaklı rutinlerde faydalı olabilir. Bireysel reaksiyonlar mümkün olsa da genellikle iyi tolere edilir.

11. Hyaluronik asit

Hyaluronik asit, su çekmeye ve tutmaya yardımcı olan bir nemlendiricidir. Özellikle şunlar için faydalı olabilir: nemsiz cilt, kuru hissedilen cilt ve nemsizlikten kaynaklanan ince çizgilerin geçici görünümünü iyileştirmek. Genellikle, bariyer için ek destek gerektiğinde uygun bir nemlendirici ile birlikte kullanılmalıdır.

12. Seramidler

Seramidler, cildin doğal bariyer lipidleridir. Seramid içeren topikal ürünler, kuru veya hasar görmüş cildi desteklemek amaçlandığında faydalı olabilir. Özellikle şu odaklı rutinlerde uygundur: nemlendirme + bariyer koruması + cilt konforu.

13. Peeling: azı karar çoğu zarar

Peeling, pürüzlü veya düzensiz cilt görünümünü iyileştirebilir, ancak aşırı peeling bariyerine zarar verebilir ve tahrişi artırabilir. Olası peeling içerikleri: AHA, BHA ve PHA. Doğru seçim cilt tipine ve amaca bağlıdır. 'Ne kadar çok o kadar iyi' yaklaşımından kaçının. Her biri tek başına faydalı görünse

de çok sayıda peeling ürününü birleştirmeyin. Aşırı peeling yaptığınıza dair işaretler: yanma, kalıcı kızarıklık, gerginlik, pullanma, artan hassasiyet, normalde tolere edilen ürünleri uygularken batma. Bunlar meydana gelirse rutininizi basitleştirin.

14. Hassas cilt

Hassas cilt, basitlikten fayda görür. Temel rutin: sabah, gerekirse nazik temizleyici, nemlendirici ve SPF 30+. Akşam, nazik temizleyici ve nemlendirici. Temel rutin rahat hale geldikten sonra ek aktif içerikleri ekleyin. Koku içermeyen ürünler, tahrişe yatkın kişiler için tercih edilebilir. Dermatologlar ayrıca, yeni ürünlerle yama testi yapılmasını önermektedir, çünkü hipoalerjenik olarak etiketlenen ürünler bile bazı kişilerde reaksiyonlara neden olabilir.

15. Yağlı veya akneye eğilimli cilt

Yağlı cilt hala neme ihtiyaç duyar. Ciltteki tüm yağı tamamen ortadan kaldırmaya çalışma hatasından kaçının. Seçimler: komedojenik olmayan nemlendiriciler, hafif dokular, uygun temizlik, gerektiğinde akneye yönelik özel içerikler ve günlük güneş koruyucu. Dermatologlar, akne tedavisi kullanan kişilerin nemlendiricilerden fayda görebileceğini belirtiyorlar, çünkü çeşitli akne ilaçları kuruluğa ve tahrişe neden olabilir.

16. Kuru ve olgun cilt

Cilt kurudukça bariyeri korumak giderek daha önemli hale gelir. Olgun cilt için rutin şunlara odaklanabilir: sabah, nazik temizlik -> antioksidan veya özel serum -> nemlendirici -> SPF 30+. Akşam, nazik temizlik -> uygunsa retinoid -> zengin nemlendirici. Bariyeri destekleyen ek içerikler: seramidler, gliserin, hyaluronik asit, skualen, karite yağı. Amaç, olgun cildin yapay olarak genç görünmesini sağlamak değil, nemlendirme + esneklik + eşit ton + pürüzsüz doku + korumayı sürdürmektir.

17. Koyu Lekeler ve Düzensiz Pigmentasyon

Pigmentasyon yönetimi önleme ile başlar. Günlük UV koruması şarttır. Pigmentasyonun nedenine bağlı olarak, dermatologlar C vitamini, niasinamid, azelaik asit, retinoidler gibi içerikleri veya diğer spesifik tedavileri önerebilirler. Geçmeyen, hızla değişen veya olağan dışı bir pigmentasyon, kozmetik ürünlerle süresiz olarak tedavi edilmek yerine bir dermatolog tarafından değerlendirilmelidir.

18. Boyun, Eller ve Vücut

Cilt bakımı çene çizgisinde durmamalıdır. Boyun, dekolte ve eller önemli çevresel etkilere maruz kalır. Maruz kalan bölgelere nemlendirici ve güneş kremi uygulayın. Boyun, dekolte, eller, önkollar ve kulaklara özellikle dikkat edin. Bu bölgelere sürekli olarak uygulanan basit bir rutin, maruz kalan diğer cilt bölgelerini görmezden gelen detaylı bir yüz rutinine tercih edilir.

19. Dudaklar

Dudaklar, çevresel etkilere karşı nispeten az doğal korumaya sahiptir. Şunları göz önünde bulundurun: açık havada SPF 30+ dudak koruyucu, nemlendirici dudak ürünleri, şiddetli kuruluk için petrolatum veya uygun bir oklüzif. Kuru dudakları tekrar tekrar yalamaktan kaçının, çünkü bu tahrişi kötüleştirebilir.

20. Gözler ve Göz Çevresi

Göz çevresindeki cilt hassastır. Agresif eksfoliasyondan kaçının. Nazik ürünler kullanın ve göz çevresine aynı anda birden fazla yeni aktif bileşen uygulamaktan kaçının. Güneş gözlükleri de göz çevresindeki doğrudan UV maruziyetini azaltabilir. Geçmeyen tahriş, şişlik veya olağandışı değişiklikler tıbbi olarak değerlendirilmelidir.

21. Yaşam Tarzı Önemlidir

Cilt bakımı, zararlı yaşam tarzı alışkanlıklarını tamamen telafi edemez. Dermatologlar, cilt sağlığını etkileyen çeşitli genel alışkanlıkları vurgular. Sigara içmeyin: Tütün cilt yaşlanmasını hızlandırır ve kalitesini bozar. Yeterince uyuyun: Düzenli ve kaliteli uyku genel sağlığı destekler ve daha iyi görünen bir cilde katkıda bulunabilir. Dengeli beslenin: Sebzeler, meyveler, proteinler, sağlıklı yağlar ve yeterli besin maddeleri içeren çeşitli bir diyeti önceliklendirin. Egzersiz yapın: Düzenli fiziksel aktivite kardiyovasküler ve genel metabolik sağlığı destekler. Stresi yönetin: Kronik stres cilt koşullarını ve genel refahı etkileyebilir. Gereksiz bronzlaşmadan kaçının: Bilinçli bronzlaşma UV maruziyetini artırır ve foto yaşlanmaya ve cilt kanseri riskine katkıda bulunur.

22. 'Daha az yap, daha iyi yap' Prensibi

Modern cilt bakımı giderek daha karmaşık hale geldi. Bir kişi aynı anda temizleyici, tonik, esans, çeşitli serumlar, peeling asidi, retinol, göz kremi, nemlendirici, yüz yağı, gece maskesi, birden fazla maske ve güneş kremi kullanabilir. Bu her zaman daha iyi anlamına gelmez. Çok etkili temel bir rutin şaşırtıcı derecede basit olabilir: sabahları, temizle -> tedavi et -> nemlendir -> SPF; akşamları, temizle -> tedavi et -> nemlendir. Ürün miktarı yerine tutarlılık daha önemlidir.

23. Yeni bir ürünü rutininize nasıl dahil edersiniz?

Asla aynı anda beş yeni ürünü rutininize dahil etmeyin. Bunun yerine: 1. hafta, yeni bir ürünle başlayın ve gözlemleyin. Şunları takip edin: kızarıklık, yanma, kaşıntı, kuruluk, sivilce oluşumu, şişlik. Sadece iyi tolere edilirse devam edin. Belirgin bir tahriş olursa, yeni ürünü durdurun ve rutini basitleştirin. Yama testi, hassas ciltler için özellikle faydalı olabilir.

24. İçerikler ve pazarlama

Tüketiciler, kanıta dayalı içerikler ile pazarlama iddialarını ayırt etmeyi öğrenmelidir. 'Lüks', 'detoks', 'mucize', 'anında gençlik', 'hücre yenilenmesi', '%100 doğal' veya 'medikal sınıf' gibi kelimeler, bir ürünün otomatik olarak üstün olduğunu kanıtlamaz. 'Doğal' olmak, otomatik olarak daha güvenli veya hipoalerjenik olduğu anlamına gelmez. Dermatologlar özellikle doğal içeriklerin tahrişe veya alerjiye neden olabileceği konusunda uyarmaktadır. B S'te odak noktası, içerikler + formülasyon + cilt tipi + kanıt + uygun kullanım olmalıdır.

25. Asla vaat edilmemesi gerekenler

Cilt bakım ürünleri, ilgili yasal ve tıbbi gereklilikler karşılanmadıkça tıbbi tedaviler olarak sunulmamalıdır. 'Kırışıklıkları yok eder', 'sivilceyi iyileştirir', 'kolajeni anında yeniden yapılandırır', 'yaşlanmayı tamamen tersine çevirir', 'tüm pigmentasyonu yok eder' veya 'garantili sonuçlar' gibi vaatlerden kaçının. Bilimsel olarak sorumlu bir dil tercih edin: 'görünümünü iyileştirmeye yardımcı olur...', 'destekler...', 'yardımcı olabilir...', 'şunlar için tasarlanmıştır...', 'şunlar için uygundur...', 'dermatologlar tarafından bilgilendirilen cilt bakımı prensipleri...'. Bu, uluslararası alanda faaliyet

gösteren bir e-ticaret güzellik platformu için özellikle önemlidir.

26. B S'in rutin oluşturucusu

Cildiniz KURU ise: nazik, nemlendirici temizleyici; hyaluronik asit serumu veya başka bir nemlendirici serum; bariyer destekleyici içeriklere sahip krem nemlendirici; sabah SPF 30+; gece zengin nemlendirici; isteğe bağlı: uygunsa kademeli olarak retinoid kullanımı. Cildiniz YAĞLI ise: nazik temizleyici; hafif, spesifik serum; komedojenik olmayan hafif jel/krem nemlendirici; sabah SPF 30+; gece uygunsa akne/yağ kontrolü için özel tedavi. Cildiniz KARMA ise: farklı bölgeleri ihtiyaçlarına göre tedavi edin. T bölgesi: hafif nemlendirme; yanaklar: kurularsa daha yoğun nemlendirici. Cildiniz HASSAS ise: kokusuz, nazik temizleyici; bariyer destekleyici basit nemlendirici; sabah SPF 30+; gece temizleyici + nemlendirici; aktifleri yavaşça rutine ekleyin. Ana endişeniz YAŞLANMA KARŞITI ise: günlük güneş kremi, nemlendirme, nazik temizlik, uygun antioksidan/spesifik tedavi, uygun olduğunda retinoid/retinol ve sürekliliğe öncelik verin.

27. 40+ / 50+ yaş ciltler için koruma odaklı yaklaşım

Yaşla birlikte nemlendirmeyi ve bariyer fonksiyonunu korumak giderek daha önemli hale gelir. Rutin, mutlaka daha karmaşık değil, daha stratejik olmalıdır. Sabah: nazik temizleyici, antioksidan veya spesifik serum, nemlendirici, SPF 30+. Gece: nazik temizleyici, uygunsa retinoid/retinol, nemlendirici ve gerekiyorsa ek bariyer desteği. Olgun veya kuru ciltler için, dermatologlar ek nemlendirme gerektiğinde çok hafif losyonlar yerine genellikle daha zengin krem nemlendiricileri tercih ederler.

28. 60+ yaş ciltler için koruma odaklı yaklaşım

Öncelikler giderek şunlar olur: bariyer koruması, nemlendirme, güneşten korunma ve nazik tedaviler. Cildi tekrarlı olarak tahriş eden agresif rutinlerden kaçının. Şunlara odaklanın: nazik temizlik, zengin nemlendirme, SPF 30+, uygun aktif içerikler, el ve boyun koruması ve uygun olduğunda düzenli profesyonel cilt muayeneleri.

29. Ne zaman bir dermatoloğa danışmalı

Kozmetik cilt bakımı tıbbi teşhisin yerine geçmez. Aşağıdaki durumlarda profesyonel değerlendirme almalısınız: yeni veya değişen bir ben, tekrarlayan kanaması olan bir lezyon, iyileşmeyen bir yara, hızla değişen bir pigmentasyon, şiddetli ve geçmeyen akne, belirgin rozasea, geçmeyen kaşıntı, açıklanamayan döküntüler, şiddetli iltihaplanma, geçmeyen yanma hissi veya cilt dokusu veya rengindeki ani değişiklikler. Bir dermatolog, bir sorunun tıbbi tedavi gerektirip gerektirmediğini belirleyebilir.

30. B S'in altın kuralları

Kural 1: Cildinizi her gün UV'den koruyun. Kural 2: Cilt bariyerinizi sağlıklı tutun. Kural 3: Aşırı temizlemeyin. Kural 4: Cilt tipinize göre nemlendirin. Kural 5: Aktif maddeleri kademeli olarak kullanmaya başlayın. Kural 6: Pahalyı etkili ile karıştırmayın. Kural 7: Gereksiz yere birden fazla agresif aktif madde kullanmayın. Kural 8: Boyun, eller ve maruz kalan vücut bölgelerini de tedavi edin. Kural 9: Sigara içmeyin ve kasıtlı bronzlaşmadan kaçının. Kural 10: Tutarlılık karmaşıklığı yener.

31. Basit günlük kontrol listeniz

Her sabah: gerekirse nazıkçe temizleyin, uygunsa spesifik serum uygulayın, nemlendirin, SPF 30+ uygulayın, dudakları koruyun, boyun ve elleri koruyun, gerekirse güneş gözlüğü veya şapka kullanın. Her gece: makyaj ve güneş koruyucuyu çıkarın, nazıkçe temizleyin, uygunsa bakım uygulayın, nemlendirin, tahriş olmuş cilde aktif maddelerden dinlenme verin. Her hafta: cildinizin rahat olup olmadığını kontrol edin, gereksiz peelingi azaltın, yeni ürünleri gözden geçirin, kalıcı tahriş olup olmadığını kontrol edin ve ürünleri hava durumuna ve mevsime göre ayarlayın.

32. B S'in ürün felsefesi

B S, müşterilere sadece daha fazla ürün satmak yerine, cilt bakımı hakkında bilinçli kararlar vermelerine yardımcı olmalıdır. Her kategori bir tüketici ihtiyacına göre düzenlenebilir: bariyerine saygı göstererek kirleri temizlemek için TEMİZLEME; nemi ve konforu korumak için NEMLENDİRME; günlük çevresel ve UV koruması için KORUMA; düzensiz ton görünümünü iyileştirmek için AYDINLATMA; kuru, stresli veya hassas ciltler için ONARIM VE BARIYER; yaşlanmanın görünür belirtilerine odaklanan rutinler için YAŞLANMA KARŞITI; basitleştirilmiş ve nazık cilt bakımı için HASSAS CİLT; yüz dışındaki cildi sağlıklı tutmak için VÜCUT BAKIMI; aynı şeffaflık ve sorumlu iddia standartlarını koruyarak botanik, geleneksel ve doğal kaynaklı formülasyonlarla ilgilenen müşteriler için DOĞAL GÜZELLİK.

33. B S'in prensibi

Güzellik tutarlı olmalı, karmaşık değil. En sofistike cilt bakımı rutini, en çok ürüne sahip olan değildir. Cildi koruyan, bariyerine saygı duyan, uygun aktif maddeler kullanan ve zaman içinde tutarlı bir şekilde takip edilebilen rutindir. B S, müşterilerin sadece ne satın aldıklarını değil, aynı zamanda neden, ne zaman ve bir cilt bakımı rutinine nasıl uyduğunu anlamaları için güzellik keşfini pratik cilt bakımı eğitimiyle birleştirir.

Tıbbi ve bilimsel not

Bu kılavuz, genel kozmetik eğitim ve bilgilendirme amaçlıdır. Amerikan Dermatoloji Akademisi, Dünya Sağlık Örgütü tavsiyeleri ve hakemli tıbbi literatür de dahil olmak üzere, kamuya açık dermatolojik rehberliğe ve bilimsel literatüre dayanmaktadır. Bireysel cilt koşulları, ilaçlar, hamilelik, alerjiler ve tıbbi geçmiş, hangi ürünlerin veya aktif bileşenlerin uygun olduğunu değiştirebilir. Şüphe durumunda, nitelikli bir dermatoloğa danışın. B S — Güzellik, Cilt Bakımı ve Bilinçli Seçimler.