

Praktijk voor huidverbetering en huidverzorging.

Het kwik stijgt en iedereen geniet van het mooie weer, het lijkt alsof de zomer is begonnen! Het is dan ook noodzakelijk om de huid goed te beschermen tegen de zon, want vrijwel alle rimpeltjes en pigmentplekjes op gelaat en decolleté ontstaan door blootstelling aan UV-straling. Het is belangrijk om een goede zonnebescherming meerdere malen per dag te gebruiken, zodat de huid goed wordt beschermd en huidveroudering wordt tegengegaan.

Bescherm de huid optimaal met Cenzaa Sunshield:

Sunshield Medium: beschermingsfactor 15

Sunshield High: beschermingsfactor 25



Tips:

Mocht er onverhoopt verbranding of zonbeschadiging zijn opgetreden, kunt u het volgende doen:

- Koel de huid met kompressen en gebruik Cenzaa Cool Tenderness
- Vul de verloren gegane anti-oxidanten aan door het drinken van vloeistoffen die rijk zijn aan anti-oxidanten en vitaminen
- Breng een crème aan met een hoge dosis anti-oxidanten:
 - Cenzaa Silk Tenderness
 - Cenzaa Sweet Heaven
 - Cenzaa Energetic dream
 - Cenzaa Cooling Sunset Touch
- Blijf binnen, want zelfs in de schaduw buiten krijgt uw huid nog een aanzienlijke dosis aan UV-straling.



Weetjes:

- Beschermingsfactor 15 houdt al 93% van alle UV-stralen tegen.
- De maximale bescherming tegen UV-stralen bedraagt 97%. Deze wordt al behaald bij een factor 25-30. Bij een hogere factor bestaat kans op afsluiting van de huid waardoor er eerder irritatie mogelijk is.

Veilig zonnen:

- Geniet van de zon, maar voorkom overmatige blootstelling aan verbranding
- Ga niet zonnebaden tussen 12:00 en 15:00 uur
- Vraag uw Cenzaa Therapist om advies
- Breng de Cenzaa Sunshield aan op uw gelaat. Herhaal dit na twee uur of vaker bij sterke transpiratie en na iedere zwembeurt
- Laat uw huid geleidelijk wennen aan de zon. Houd rekening met uw huidtype
- Ga uit de zon als uw huid vreemd reageert met bijvoorbeeld uitslag, jeuk of erg snelle verbranding
- Denk ook aan medicijngebruik die de gevoeligheid voor zonnestraling kan vergroten.

Huidtype hulp:

Huidtype:	Kenmerken:	Dagelijks advies:	Zonadvies
[1] Verbrandt snel en wordt bijna niet bruin	Lichte huid, vaak sproeten, haar rossig of lichtblond, lichte kleur ogen	Gebruik minimaal factor 20 voor 3 uur zonnen	Sunshield High
[2] Verbrandt snel en wordt langzaam bruin	Lichte huid, blond haar, lichte ogen	Gebruik minimaal factor 12 voor 3 uur zonnen	Sunshield High
[3] Verbrandt zelden, wordt gemakkelijk bruin	Licht getinte huid, donker tot bruin haar, vrij donkere ogen	Gebruik minimaal factor 7 voor 3 uur zonnen	Sunshield High of Medium
[4] Verbrandt bijna nooit, bruint zeer goed	Getinte huid, donker haar, donkere ogen, Mediterrane type	Gebruik minimaal factor 5 voor 3 uur zonnen	Sunshield Medium
[5]	Aziatisch, zeer goed bestand tegen de zon	Gebruik minimaal factor 4 voor 3 uur zonnen	Sunshield Medium
[6]	Negroïde, zeer goed bestand tegen de zon	Gebruik minimaal factor 4 voor 3 uur zonnen	Sunshield Medium