

ฟื้นฟูผิวหน้าใหม่แดดแบบเร่งด่วน



อากาศยิ่งร้อน แดดยิ่งแรงพร้อมแดดเผาทำลายผิวได้ง่ายๆ แหม่นอนว่าเมื่อผิวปะทะแดดอย่างจัง หน้าดำหมองคล้ำ ริวรอยหยาบกร้านก็ตามมาเป็นพรวน ซึ่งถึงแม้ว่าเราสามารถฟื้นฟูผิวใหม่แดด ให้กลับมาขาวเหมือนเดิมได้หลากหลายวิธีให้เลือก แต่ก่อนที่จะพืงคอร์สทรีตเมนต์ในสปาหรือเวียนเข้าออกศูนย์ความงามด้วยค่าใช้จ่ายที่ค่อนข้างสูง เราลองดูวิธีฟื้นฟูปัญหาผิวหน้าใหม่แดดในเบื้องต้นด้วยตัวเองได้ง่ายๆ แบบเร่งด่วนกันก่อน

ทันทีที่ปะทะแสงแดดอย่างมั่วแต่นั่งรำพึงรำพันถึงปัญหาปล่อยให้หน้าคล้ำๆ ตอกย้ำจิตใจอยู่เฉยๆ ควรรีบจัดการกู้สภาพผิวให้กลับมาชะแต่เหินๆ วิธีการนั้นไม่ยาก หากดูแลอย่างถูกวิธีและทำอย่างต่อเนื่อง โดยเภสัชกร รักรัช วงษ์สาคร ผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลผิว และผู้อำนวยการฝ่ายการตลาด บริษัท คิวรอน จำกัด ขอแนะนำเคล็ดลับการฟื้นฟูผิวหน้าในช่วงหน้าร้อนนี้ “ปัญหาที่ทุกคนเจอแม้จะระดมทาครีมแดด SPF 60 PA++ ไปแล้ว แต่ก็ยังเอาไม่อยู่แดดยิ่งแรงผิวก็ยิ่งคล้ำขึ้น แถมยังไม่พอยังรู้สึกแสบ! ร้อน! แดง! จนถึงขั้นผิวลอกเป็นแผ่นๆ หากปล่อยไว้ไม่ดูแลอย่างเร่งด่วน จะทำให้เซลล์ผิวใหม่หลังการลอกกลายเป็นผิวหยาบกร้าน เป็นจุดหมองคล้ำ และมีริ้วรอยตามมา ให้ท่องไว้เสมอหลังโดนแดดอย่าซ้ำผิวสวยรอไม่ได้ ต้องทำการฟื้นฟูทันที ตามสเต็ปดังนี้ครับ

1. การปรับอุณหภูมิผิวหลังโดนแดดเผาที่สำคัญ ให้ใช้ผ้าขนหนูที่แช่เย็นหรือชุบน้ำเย็นประคบตรงบริเวณที่โดนแดดเผา เน้นเป็นจุดๆ ทัวใบหน้า โดยเฉพาะที่โซนจะเป็นพื้นที่ที่โดนแสงแดดทำร้ายมากที่สุด การทำเช่นนี้เพื่อให้อุณหภูมิของผิวหนังบริเวณผิวน้ำกลับมาเป็นปกติ ค่อยๆ ทำซ้ำ หลายๆ ครั้ง จนรู้สึกที่ผิวเย็นหายร้อน



2. เลี่ยงการถูด้วยสบู่ล้างหน้า ถ้าผิวบริเวณใบหน้าโดนแดดเผา ควรจะเลี่ยงการใช้สบู่หรือครีมล้างหน้าต่างๆ แล้วใช้เพียงน้ำสะอาดแทน หากเป็นไปได้เพื่อลดอาการระคายเคืองของผิวหน้า เลี่ยงการใช้มือสัมผัสเวลาทำความสะอาดหน้า ทาครีมบำรุง ควรใช้เครื่องนวดหน้าคุณภาพมาตรฐานหัวนวดสเตนเลส สตีลคุณภาพสูงแทนการใช้มือสัมผัสผิวโดยตรง เพื่อป้องกันการระคายเคืองกับผิวที่ตอนนี้บอบบางแพ้ง่ายเป็นพิเศษ

3. จนกว่ารอยใหม่จากแดดจะดีขึ้น ลดการใช้เครื่องสำอางต่างๆ ไว้ก่อน สาวๆ หลายคนพอโดนแดดมากๆ ก็มักรู้สึกอยากจะหันไปพืงเครื่องสำอางจำพวกขาวใสทันที แต่ระหว่างที่ผิวยังอยู่ในสภาพการโดนเผา เครื่องสำอางเหล่านี้ อาจจะทำให้ยิ่งซ้ำเติมรอยแผลและการฟื้นฟูผิวได้ ฉะนั้นอดใจรอให้เวลาผิวได้ปรับตัวให้ดีขึ้นก่อนจะดีกว่า

4. เมื่อรอยไหม้จากแดดดีขึ้นแล้ว เร่งเติมน้ำให้กับผิว หลังจากโดนแดดเผา ปริมาณน้ำใต้ผิวจะลดลงอย่างมาก พอสภาพรอยไหม้เริ่มดีขึ้นระดับหนึ่ง ก็ถึงเวลาที่ต้องเติมน้ำให้กับผิวอย่างเร่งด่วน ลงโทนเนอร์และมอยส์เจอร์เซอรั่มบำรุงผิวให้มากกว่าปกติเป็น 2 เท่า แต่เพราะกลไกธรรมชาติแห่งผิวพรรณมักจะตีความสารอาหารบำรุงผิวเป็นสิ่งแปลกปลอม และขัดขวางไม่ให้สารบำรุงที่ผิวต้องการเข้าสู่ผิว ดังนั้นเราจึงควรรหาตัวช่วยที่สามารถผลักครีมบำรุงเข้าสู่ผิวอย่างล้าลึกและทันทีทันใด ในวงการความงามนิยมใช้เครื่องนวดหน้าผลักครีมเข้าสู่ผิว พร้อมนวดกระตุ้นเซลล์ผิวให้เกิดการยืดหยุ่น ดีท็อกซ์ผิวหน้าให้สดชื่น คอยเติมน้ำให้ผิวอย่างเพียงพอ เพื่อเป็นการเพิ่มความแข็งแรงให้คอลลาเจนและอีลาสตินในชั้นผิวได้โดยตรง

5. ขณะที่ผิวกลับเข้าสู่ภาวะปกติแล้ว ให้บำรุงผิวเพิ่มเติม ด้วยโลชั่นหรือเซรั่ม ที่มีความสามารถในการปกป้องความชุ่มชื้นในผิวสูง โดยเฉพาะสารบำรุงที่มีส่วนผสมในการช่วยยับยั้งการขยายตัวของเม็ดสีเมลานิน อย่างเช่นส่วนผสมของ Vitamin C หรือว่าผลิตภัณฑ์บำรุงผิวจำพวก Whitening ก็จะช่วยป้องกันการเกิดฝ้าและกระให้กับผิวได้ดีขึ้น โดยใช้ควบคู่กับเครื่องนวดหน้าระบบอัลตราโซนิค (เทคโนโลยีคลื่นเสียงความถี่สูง) และกัลวานิกไอออน (ปล่อยประจุไฟฟ้าแบบอ่อนๆ ที่อาศัยการผลัดทิ้งของขี้วกและขี้ลน) เพื่อเปิดรับการกระชับรูขุมขน สู้การผลัดสารสำคัญตรงเข้าบำรุงผิวหน้าได้อย่างล้าลึก พร้อมจะกลับมาแต่งหน้าสวยได้ตามปกติ

ใครที่อยากฟื้นฟูผิวสวยช่วงหน้าร้อนที่แดดแรงเป็นพิเศษ สามารถนำเคล็ดลับฟื้นฟูผิวหน้าไหม้แดดแบบเร่งด่วนในสไลด์สวยพึ่งตัวเองเห็นผลชัดเจนอย่างผู้เชี่ยวชาญ เรียกว่าสวยถูกวิธีผิวดีแบบประหยัดบ...