

ELEMINER LES RIDES

Comment paraitre 10 ans plus jeune sans avoir de rides

AVERTISSEMENT: Ces informations ne sont pas présentées par un médecin et à des fins éducatives et d'information. Le contenu ne vise pas à se substituer à un avis médical professionnel, un diagnostic ou d'un traitement. Demandez toujours l'avis de votre médecin ou un autre professionnel de la santé qualifié pour toute question que vous pourriez avoir au sujet d'une condition médicale. Ne négligez jamais un avis médical professionnel ou du retard en cherchant à cause de quelque chose que vous avez lu. Depuis naturelle et / ou des suppléments alimentaires ne sont pas approuvés par la FDA, ils doivent être accompagnés d'un avertissement en deux parties sur l'étiquette du produit: que la déclaration n'a pas été évalué par la FDA et que le produit ne vise pas à « diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir toute maladie » .

TABLE DES MATIÈRES

- 1. Comment et pourquoi la peau Age**
- 2. Connaître votre type de peau**
- 3. Le traitement de la peau grasse**
- 4. Le traitement de la peau sèche**
- 5. Double Whammy - Combinaison peau**
- 6. Comment protéger votre peau**
- 7. Le soleil et votre peau**
- 8. Crèmes peau et les rides**
- 9. Une bonne nutrition et votre teint**
- 10. Comment Radicaux Libres endommager les cellules de la peau**
- 11. La vitamine C et des Soins de la peau**
- 12. Est-dermabrasion pour votre peau droit**
- 13. Les peelings chimiques de la peau**
- 14. Soins de la peau de l'Inside Out**
- 15. Liftings et autres procédures de la peau**
- 16. Ressources**

Chapitre 1. Comment et pourquoi la peau vieillit

Aussi longtemps que l'on peut se rappeler, il a toujours été la recherche d'un grand nombre de garder leur apparence de jeunesse, même à grands frais. Et en ce jour et l'âge, la tendance n'a pas changé.

Maintenant, plus que jamais, les méthodes, les techniques et les traitements destinés à retenir que « l'éclat de jeunesse » prolifèrent partout. Comme il est le signe le plus révélatrices de vieillir, les biens et les services anti-âge représentent des milliards de dollars dépensés dans l'espoir de retarder l'apparition du vieillissement cutané

Malheureusement, beaucoup ont été et sont mal informés sur la façon et pourquoi le vieillissement de la peau trompeur ces mêmes gens à acheter des produits qui ne proposent que de courte durée, voire infructueuses et décevants, les résultats.

Il est donc intelligent pour savoir à quel point la peau se développe au fil du temps. Pour comprendre les raisons et les modalités de vieillissement de la peau, les bonnes habitudes et les traitements peuvent être développés pour retenir les regards de jeunesse de tant un pour aussi longtemps que possible.

Tout d'abord, il existe deux types de vieillissement de la peau. Il y a le vieillissement intrinsèque (interne), qui est causée par des facteurs au sein de son propre corps, comme les gènes et l'état du corps ; et extrinsèque (externe) le vieillissement, qui est causée par des facteurs extérieurs son corps, comme la lumière du soleil et style de vie.

Intrinsèque (interne) vieillissement

Le vieillissement est un processus naturel et nos gènes déterminent la façon dont on passe par ce processus. Pour certains, le vieillissement peut fixer sur plus tôt ou plus tard que la plupart. En moyenne, les signes du vieillissement cutané commencent à apparaître au milieu des années 20.

Comme on vieillit, la capacité de la peau à revenir à sa forme (élasticité) commence à diminuer. C'est parce que les cellules de la peau ne se régénèrent pas aussi vite qu'ils étaient résultant de durcissement, la peau plus.

Bien que le vieillissement interne commence dans les années 20 d'un, les signes typiques des rides et le relâchement cutané ne semblent pas jusqu'à environ deux décennies plus.

D'autres signes qui indiquent le vieillissement de la peau sont l'amincissement, la perte de fermeté, la sécheresse et la réduction de la production de sueur qui empêche un refroidissement correct du corps.

Extrinsèque (externe) vieillissement

Les facteurs en dehors de ses propres gènes accélèrent la peau du vieillissement habitudes de vie et portent plus d'impact des raisons pour lesquelles le vieillissement cutané se produit plus prématurément dans sa vie d'**exposition au soleil**

Avec l'état actuel de notre atmosphère est, les rayons nocifs du soleil passent à travers en quantités de plus en plus causant des dommages à la peau et qui entrave sa capacité à se réparer. Au cours d'une période de temps, quelques minutes par jour d'exposition aux résultats des rayons ultraviolets dans les changements à la peau (taches de rousseur, les taches de vieillesse, la peau rugueuse).

Un symptôme encore plus grave serait l'apparition du cancer de la peau. Les dermatologues appellent cette photo effet de vieillissement en référence aux rayons du soleil qui réduisent la production de collagène responsable du maintien de l'élasticité de la peau.

Une susceptibilité au vieillissement de la photo est déterminée par la quantité de pigment dans la peau, ainsi que la fréquence et la durée on passe sous les rayons du soleil.

Compte tenu de ces facteurs, les personnes à la peau claire et ceux qui passent de longues périodes sous le soleil se d'avoir des effets plus prononcés de photo vieillissement par rapport à ceux qui sont à la peau plus foncée et passer plus de temps à l'ombre.

Exercices du visage

Ironie du sort, la routine une fois prescrit pour prévenir les rides du visage est en fait l'une des causes de cette chose on cherche à éviter. Les exercices faciaux causent les muscles sur le visage pour plier et plisser la peau.

Comme l'élasticité de la peau diminue, la peau commence à prendre les plis de façon plus permanente causant des rides profondes sur le visage.

Fumeur

Le tabagisme non seulement causer des dommages au corps interne mais externe aussi bien. Ceci est le plus prononcé avec l'état de la peau.

Consommation La nicotine provoque des changements dans le corps qui accélère la décomposition des cellules de la peau, entre autres effets nocifs.

Il est une conclusion commune que les personnes qui ont été des fumeurs pendant au moins dix ans regardent plus que ceux comparablement qui ne fument pas. En plus des rides, la décoloration jaunâtre de la peau a été observée chez les fumeurs.

Cependant, les bonnes nouvelles sont que ceux qui ont abandonné montrent des améliorations à fumer dans leur état de la peau peu après avoir quitté. Les signes du vieillissement cutané vont inévitablement apparaître sur tout le monde à un moment ou l'autre. Toutes sortes de produits et traitements peuvent être fait usage de, mais il ne sert qu'à retarder les symptômes extérieurs.

Peut-être la meilleure solution est de comprendre le processus de vieillissement et ne pas considérer comme une maladie, mais plutôt voir comme une autre étape du développement du corps subit.