

لماذا يجب استخدام الكريم الليلي؟

قد تعتقد أن الكريمات الليلية هي مجرد وسيلة أخرى لبذر المال على المستحضرات الجمالية في سعيك للحصول على بشرة خالية من الشوائب. ولكن، في حين أن هذا قد يكون صحيحا في بعض الحالات، هناك حقا بعض الفوائد المدهشة لوضعه أثناء النوم.

أولا، بعد يوم صعب من مقاتلة الشوائب، بشرتك تنتعش بشكل طبيعي بين عشية وضحاها ويتم تصميم معظم الكريمات الليلية خصيصا لتعزيز هذه العملية عن طريق تقوية البشرة باستخدام الرطوبة واستهداف أيضا مناطق محددة من البشرة مثل التجاعيد الدقيقة أو التصبغ المفرط.

وبطبيعة الحال، ليعمل بطريقة مناسبة، يجب أن يتضمن الكريم مكونات ناشطة في تركيز كاف.

اختيار الكريم الصحيح لك يمكن أن يبدو وكأنه مهمة شاقة نظرا لكمية المنتجات في السوق. ولكن النظر إلى ما يحتوي عليه الكريم هو مكان جيد للبدء.

للبشرة الجافة:

في الأشهر الباردة، إن كانت لديك بشرة جافة على مدار السنة، من الجيد أن تعرفي أي هي المكونات التي سوف تساعد على استعادة توهج البشرة.

المنتجات التي تحتوي على المرطبات - المكونات التي تحفظ الرطوبة - يجب أن تكون المنتجات التي تستعيني بها، لذلك ابحثي عن محتويات مثل الجلسرين، حمض الهيالورونيك، وتريميلا. في الأشهر الأكثر جفافا، يمكن أن تعرف هذه المكونات بأنها تسحب الترطيب، لذا إذا كنت تشعرين بالقلق، استخدمتي منتج يحتوي على الزيوت المعدنية، زبدة الشيا، أو اللانولين.

للبشرة الدهنية / المعرضة للشوائب:

أولئك الذين يعانون من البشرة المعرضة لشوائب يحذرون من ما يجب وضعه على بشرتهم. السر هنا هو ابقاء كل شيء بسيط. المنتجات التي تحتوي على مكونات مثل حمض الصفصاف والريتينول يمكن أن تساعد على

السيطرة على مستويات الزهم - الذي يمكن وضعه أثناء النوم.

إذا كانت البشرة الدهنية قلقك الرئيسي، اختاري كريم ليلي خفيف، لا يغلق المسام، وخالي من الزيوت.