

حل التخلص من التجاعيد أصبح بين يديك الآن

تظهر التجاعيد بشكل رئيسي على أجزاء الجسم التي تتعرض على أكبر قدر من أشعة الشمس، بما في ذلك الوجه، الرقبة، خلف اليدين، وأعلى الساعدين.

تصدّف التجاعيد إلى فئتين: خطوط سطحية وخطوط عميقة. إذا كانت التجاعيد تزعجك، أو إذا كنت تريد تجنبها في البداية، هناك بعض الخيارات.

ما الذي يسبب التجاعيد؟

العوامل التي تشجع على ظهور التجاعيد تشمل: التدخين.

نوع البشرة (ذوي البشرة ذات الألوان الفاتحة والعيون الزرقاء هن أكثر عرضة لأضرار أشعة الشمس).

(من غيرها). الوراثة (بعض الأسر تجعد أكثر

التعرض لأشعة الشمس.

على الرغم من أنك لا تستطيعين السيطرة على كل هذه العوامل، يمكنك أن تفعلي شيئاً حياًل اثنين منها: قللي من التعرض لأشعة الشمس وتوقفي عن التدخين!

علاج التجاعيد:

هناك عدة طرق للحد من ظهور التجاعيد وحتى إزالتها:

الرتينويدات (تريتينوين، ريتين ألف، رينوفا): بين العلاجات الطبية، هذا هو إلى حد كبير أفضل طريقة مجربة وفعالة لتحسين علامات الشيخوخة مثل التصبغ المتفاوت، الخشونة، والتجاعيد. في البداية، هذه الأدوية تسبب احمرار وتقشير. على الرغم من أن هذا يمكن أن يكون غير مريح، التحسن يظهر عندما يتوقف التقشير.

أحماض ألفا هيدروكسي: هذه هي ما تسمى ب "أحماض الفاكهة"،

وتشمل الجليكوليك وحمض اللبنيك. المستحضرات التي تحتوي على هذه أحماض الفاكهة هي آمنة تماما ولا تسبب أكثر من تهيج خفيف ومؤقت. ولكن، التحسن الناتج يكون دقيقا نسبيا.

المرطبات: هذه قد تجعل التجاعيد تبدو أقل وضوحا بطريقة مؤقتة. وكثيرا ما تقول الإعلانات أنها "تحد من ظهور التجاعيد الدقيقة." لكنها لا تجعل تلك التجاعيد تختفي بشكل دائم.

التقشير العميق: هذه القشور تستخدم مكونات مثل حمض الساليسيليك وحمض الخليك ثلاثي الكلور، وتخرق بعمق إلى حد ما في الجلد. هذه القشور تقوم بتمليس التجاعيد. كلما كان القشر أعمق، كلما زادت فرصة الحصول على الآثار الجانبية، مثل التندبات والتغيرات في لون الجلد. ويمكن لهذه القشور أن تكون غير مريحة.

الجراحة التجميلية: شد الوجه، شد الجبين، وغيرها من العمليات الجراحية التجميلية تساعد بعض الناس. بالنسبة لآخرين، إجراءات بسيطة قد تكفي. تحدثي أكثر مع طبيبك قبل أن تقرري ما الإجراء الذي تريدين القيام به.