



DON'T
TOUCH
MY

HYDRATION GUIDE

ГАЙД ПО УВЛАЖНЕНИЮ КОЖИ ОТ КОМАНДЫ DTMS

СОДЕРЖАНИЕ

- 02 ВСТУПЛЕНИЕ
- 03 ЗАЧЕМ УВЛАЖНЯТЬ КОЖУ
- 05 КАК КЛИМАТ И ПОГОДА ВЛИЯЮТ НА УРОВЕНЬ УВЛАЖНЁННОСТИ КОЖИ
- 07 УВЛАЖНЯЮЩИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ С ДОКАЗАННОЙ ЭФФЕКТИВНОСТЬЮ
- 11 КАК ВЫБРАТЬ УВЛАЖНЯЮЩЕЕ СРЕДСТВО: РАЗБОР БАНОК
- 18 СХЕМА УХОДА ПОД ВАШ ТИП КОЖИ
- 22 ЛАЙФХАКИ ДЛЯ УВЛАЖНЕНИЯ: ЧТО ЕЩЁ ВАЖНО, КРОМЕ КРЕМА
- 24 ПОПУЛЯРНЫЕ ВОПРОСЫ ПРО УВЛАЖНЕНИЕ
- 26 ПРИМЕЧАНИЯ

ВСТУПЛЕНИЕ

УВЛАЖНЕНИЕ — КАЗАЛОСЬ БЫ, САМЫЙ ПОНЯТНЫЙ ЭТАП УХОДА. ВСЕГО ЛИШЬ НУЖНО ПОДОБРАТЬ КРЕМ, НА КОТОРОМ УКАЗАН ВАШ ТИП КОЖИ, И ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО. А ЧТО ЕСЛИ ВЫ НЕ ЗНАЕТЕ, СУХАЯ У ВАС КОЖА ИЛИ ЖИРНАЯ? ИЛИ ОНА БЫВАЕТ И ТАКОЙ, И ТАКОЙ? ИЛИ ЗИМОЙ ОНА СОХНЕТ, А ЛЕТОМ БЛЕСТИТ?

НЕЗАВИСИМО ОТ ТОГО, КАКИЕ ОТВЕТЫ ПРОЛЕТЕЛИ В ВАШЕЙ ГОЛОВЕ, В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ МЫ СОВЕТУЕМ СХОДИТЬ В МАГАЗИН И ПОТРОГАТЬ КРЕМЫ. ЛЮБЫЕ. И ВЫБРАТЬ ТОТ, КОТОРЫЙ НРАВИТСЯ ПО ОЩУЩЕНИЯМ НА ПАЛЬЦАХ. ЭТО БУДЕТ ВАША ТОЧКА ОТСЧЁТА, И С ЭТОГО МОМЕНТА ВАМ БУДЕТ ПОНЯТНЕЕ, В КАКУЮ СТОРОНУ ДВИГАТЬСЯ. ВОЗМОЖНО, КРЕМ ОКАЖЕТСЯ СЛИШКОМ ЛЁГКИМ — И ВЫ ЗАХОТИТЕ БОЛЕЕ ПЛОТНУЮ ТЕКСТУРУ. ВОЗМОЖНО, ОН БУДЕТ, НАОБОРОТ, СЛИШКОМ НАСЫЩЕННЫМ. НО ТЕПЕРЬ ВЫ ТОЧНО БУДЕТЕ ЗНАТЬ, КАКИЕ ТЕКСТУРЫ ВАШЕЙ КОЖЕ НРАВЯТСЯ БОЛЬШЕ.

ОТ НЕБОЛЬШОЙ ПРАКТИКИ (КОТОРУЮ ВЫ НАВЕРНЯКА УЖЕ ПРОХОДИЛИ) ПРЕДЛАГАЕМ ПЕРЕЙТИ К ТЕОРИИ, А ИМЕННО — К НАШЕМУ ГАЙДУ ПО УВЛАЖНЕНИЮ. В НЁМ МЫ РАССКАЖЕМ, КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ПРОИСХОДИТ С КОЖЕЙ, И КАК СОСТАВИТЬ КОМФОРТНУЮ ДЛЯ СЕБЯ СХЕМУ УХОДА.

ЗАЧЕМ УВЛАЖНЯТЬ КОЖУ

ЗАЧЕМ УВЛАЖНЯТЬ КОЖУ

ВСЕ ГОВОРЯТ, ЧТО НАДО. А ЗАЧЕМ? У КОЖИ ЛИЦА ЕСТЬ ЗАЩИТНЫЙ БАРЬЕР. ОН ПОМОГАЕТ ПРОТИВОСТОЯТЬ ВНЕШНИМ ФАКТОРАМ (СОЛНЕЧНЫМ ЛУЧАМ, БАКТЕРИЯМ, ПЫЛИ) И ПРЕДОТВРАЩАЕТ ПОЯВЛЕНИЕ СУХОСТИ. ЭТА «СТЕНА» СОСТОИТ ИЗ ОМЕРТВЕВШИХ КЛЕТОК, ЛИПИДОВ, СЕБУМА И ПОТА.

ЗАЩИТНЫЙ БАРЬЕР КОЖИ



«КИРПИЧИ»

ОМЕРТВЕВШИЕ КЛЕТКИ

«КЛЕЙ»

ЛИПИДЫ, СКРЕПЛЯЮЩИЕ
КЛЕТКИ

«ПЛЁНКА»

СЕБУМ + ПОТ

ВНУТРИ ВСЕХ ЭЛЕМЕНТОВ ЭТОЙ СХЕМЫ ЕСТЬ ВОДА. ЕСЛИ ЕЁ МАЛО:

- «КИРПИЧИ» СОХНУТ ➔ КОЖА ШЕЛУШИТСЯ
- «КЛЕЙ» ТРЕСКАЕТСЯ ➔ ПОЯВЛЯЕТСЯ РАЗДРАЖЕНИЕ
- «ПЛЁНКА» ИСТОНЧАЕТСЯ ➔ КОЖА СТАНОВИТСЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНЕЕ

ВОТ ЕЩЁ ОДИН АРГУМЕНТ В ПОЛЬЗУ ХОРОШЕГО КРЕМА: КОЛЛАГЕН И ЭЛАСТИН ПРОИЗВОДЯТСЯ КЛЕТКАМИ КОЖИ ТОЛЬКО В УСЛОВИЯХ ХОРОШЕЙ УВЛАЖНЁННОСТИ. ПРИ ОБЕЗВОЖЕННОСТИ ОНИ РАЗРУШАЮТСЯ, ИЗ-ЗА ЧЕГО КОЖА СТАНОВИТСЯ МЕНЕЕ ПЛОТНОЙ И УПРУГОЙ, ПОЯВЛЯЮТСЯ МОРЩИНЫ, КОНТУР СТАНОВИТСЯ МЕНЕЕ ЧЁТКИМ. ПОЭТОМУ, ЧТОБЫ КАК МОЖНО ДАЛЬШЕ ОТОДВИНУТЬ ПОЯВЛЕНИЕ ПРИЗНАКОВ СТАРЕНИЯ, ПЕРВЫМ ДЕЛОМ НАДО ПРОВЕРИТЬ, ДОСТАТОЧНО ХОРОШО ЛИ ВЫ УВЛАЖНЯЕТЕ КОЖУ.

ПО СУТИ КОЖА — УМНЫЙ И САМОРЕГУЛИРУЮЩИЙСЯ МЕХАНИЗМ, СПОСОБНЫЙ САМОСТОЯТЕЛЬНО СПРАВЛЯТЬСЯ С ОСНОВНЫМИ ЗАДАЧАМИ. НО ИЗ-ЗА БОЛЬШОГО КОЛИЧЕСТВА ВНЕШНИХ РАЗДРАЖИТЕЛЕЙ ИНОГДА ОНА «ДАЁТ СБОЙ».

- С ВОЗРАСТОМ СНИЖАЕТСЯ ВЫРАБОТКА ЛИПИДОВ И ГИАЛУРОНОВОЙ КИСЛОТЫ — ВЛАГА НАЧИНАЕТ ИСПАРЯТЬСЯ БЫСТРЕЕ, А БАРЬЕР ОСЛАБЕВАЕТ.

- ХОЛОД, ВЕТЕР И НИЗКАЯ ВЛАЖНОСТЬ ВОЗДУХА «ВЫТЯГИВАЮТ» ВОДУ ИЗ КОЖИ.

- ХРОНИЧЕСКИЙ СТРЕСС ЗАМЕДЛЯЕТ ПРОЦЕСС ВОССТАНОВЛЕНИЯ.

- УХОДОВЫЕ СРЕДСТВА С АКТИВАМИ И РАЗДРАЖАЮЩИМИ КОМПОНЕНТАМИ РАЗРУШАЮТ ЗАЩИТНЫЙ БАРЬЕР.

ИНСАЙТ: СЛЕДУЕТ НЕ ТОЛЬКО УВЛАЖНЯТЬ КОЖУ, НО И КОНТРОЛИРОВАТЬ БАЛАНС ЛИПИДОВ, ОМЕРТВЕВШИХ КЛЕТОК И СЕБУМА. ЕСЛИ ПО-ПРОСТОМУ: УКРЕПЛЯТЬ ЗАЩИТНЫЙ БАРЬЕР, ОТ КАЧЕСТВА КОТОРОГО ЗАВИСИТ СКОРОСТЬ ИСПАРЕНИЯ ВОДЫ.

КАК КЛИМАТ И ПОГОДА ВЛИЯЮТ НА УРОВЕНЬ УВЛАЖНЁННОСТИ КОЖИ

КАК КЛИМАТ И ПОГОДА ВЛИЯЮТ НА УРОВЕНЬ УВЛАЖНЁННОСТИ КОЖИ

ВОЗМОЖНО, ВЫ ЗАМЕЧАЛИ, ЧТО ВО ВРЕМЯ ПУТЕШЕСТВИЙ ИЛИ ПРИ СМЕНЕ СЕЗОНА СОСТОЯНИЕ КОЖИ МЕНЯЛОСЬ, НЕСМОТРЯ НА ТО, ЧТО В КОСМЕТИЧКЕ НЕ ПОЯВЛЯЛОСЬ НИЧЕГО НОВОГО. ТАКОЕ БЫВАЕТ — И ЭТО СВЯЗАНО С КЛИМАТОМ И ПОГОДОЙ, КОТОРЫЕ СТОИТ УЧИТЫВАТЬ ПРИ ВЫБОРЕ УВЛАЖНЯЮЩИХ СРЕДСТВ.

КЛИМАТ	ВОЗДЕЙСТВИЕ НА КОЖУ	ЧТО ВЫБРАТЬ
ХОЛОДНЫЙ КЛИМАТ	РЕЗКИЕ ПЕРЕПАДЫ ТЕМПЕРАТУРЫ, ХОЛОДНЫЙ ВЕТЕР, СУХОЙ ВОЗДУХ В ОТАПЛИВАЕМЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ МОГУТ УСКОРИТЬ ПОТЕРЮ ВЛАГИ И РАЗРУШИТЬ ЦЕЛОСТНОСТЬ КОЖНОГО БАРЬЕРА, СПРОВОЦИРОВАВ ШЕЛУШЕНИЯ, ПОКРАСНЕНИЯ И ОЩУЩЕНИЕ СТЯНУТОСТИ	НАСЫЩЕННЫЙ КРЕМ С КОМПОНЕНТАМИ, КОТОРЫЕ СОЗДАЮТ НА ПОВЕРХНОСТИ ЗАЩИТНУЮ ПЛЁНКУ (ИХ НАЗЫВАЮТ ОККЛЮЗИВАМИ)
ЖАРКИЙ И ВЛАЖНЫЙ КЛИМАТ	ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА ПРИ ВЫСОКОМ УРОВНЕ ВЛАЖНОСТИ ПРИВОДИТ К БОЛЕЕ АКТИВНОМУ ПОТООТДЕЛЕНИЮ, РАСШИРЕНИЮ ПОР И УСИЛЕННОЙ ВЫРАБОТКЕ КОЖНОГО САЛА, ИЗ-ЗА ЧЕГО МОГУТ ПОЯВЛЯТЬСЯ ВОСПАЛЕНИЯ	СРЕДСТВО С ЛЁГКОЙ ТЕКСТУРОЙ — УВЛАЖНЯЮЩУЮ СЫВОРОТКУ, ГЕЛЬ, ЛОСЬОН; ЖЕЛАТЕЛЬНО, ЧТОБЫ В СОСТАВЕ СОЧЕТАЛИСЬ УДЕРЖИВАЮЩИЕ ВЛАГУ И СЕБОРЕГУЛИРУЮЩИЕ КОМПОНЕНТЫ
ЖАРКИЙ И СУХОЙ КЛИМАТ	НИЗКИЙ УРОВЕНЬ ВЛАЖНОСТИ, УФ-ИЗЛУЧЕНИЕ И ГОРЯЧИЙ ВОЗДУХ МОГУТ ПРИВЕСТИ К ОБЕЗВОЖИВАНИЮ, УСКОРИТЬ ФОТОСТАРЕНИЕ, РАЗРУШИТЬ ЗАЩИТНУЮ ПЛЁНКУ, В РЕЗУЛЬТАТЕ ЧЕГО УВЕЛИЧИВАЕТСЯ РИСК ПОЯВЛЕНИЯ СУХИХ МОРЩИНОК, ШЕЛУШЕНИЙ И ПИГМЕНТНЫХ ПЯТЕН	УВЛАЖНЯЮЩЕЕ СРЕДСТВО, КОТОРОЕ СОДЕРЖИТ И ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЕ КОМПОНЕНТЫ, И ГУМЕКТАНТЫ (ОНИ ПРИТЯГИВАЮТ ВЛАГУ), И ОККЛЮЗИВЫ (ОНИ СОЗДАЮТ ЗАЩИТНУЮ ПЛЁНКУ)
УМЕРЕННО-КОНТИНЕНТАЛЬНЫЙ КЛИМАТ	ВОЗДЕЙСТВИЕ НА КОЖУ ЗАВИСИТ ОТ СЕЗОНА: ЗИМА ПРИРАВНИВАЕТСЯ К ХОЛОДНОМУ КЛИМАТУ, А ЛЕТО — К ЖАРКОМУ	ЛЕТОМ ЛУЧШЕ ВЫБИРАТЬ ЛЁГКИЕ ФЛЮИДЫ И СЫВОРОТКИ С УВЛАЖНЯЮЩИМИ КОМПОНЕНТАМИ И АНТИОКСИДАНТАМИ, А ЗИМОЙ — ПИТАТЕЛЬНЫЕ КРЕМЫ С НАСЫЩЕННОЙ ТЕКСТУРОЙ И ЛИПИДОВОССТАНАВЛИВАЮЩИМИ ИНГРЕДИЕНТАМИ

УВЛАЖНЯЮЩИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ С ДОКАЗАННОЙ ЭФФЕКТИВНОСТЬЮ

УВЛАЖНЯЮЩИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ С ДОКАЗАННОЙ ЭФФЕКТИВНОСТЬЮ

МЫ СЛЕДИМ ЗА ТРЕНДАМИ И НОВОВВЕДЕНИЯМИ В БЬЮТИ-ИНДУСТРИИ, НО ДОВЕРЯЕМ ТОЛЬКО ТОМУ, ЧТО ИМЕЕТ НАУЧНУЮ БАЗУ. В ЭТОЙ ГЛАВЕ ХОТИМ ВЫДЕЛИТЬ ТЕ ИНГРЕДИЕНТЫ, КОТОРЫЕ РЕАЛЬНО ЧТО-ТО ДЕЛАЮТ. С ПОМОЩЬЮ ТАБЛИЦЫ ВЫ СМОЖЕТЕ ОПОЗНАВАТЬ ИХ В СОСТАВАХ.

УВЛАЖНЯЮЩИЕ КОМПОНЕНТЫ МОГУТ ВЫПОЛНЯТЬ НЕСКОЛЬКО ФУНКЦИЙ ОДНОВРЕМЕННО, НАПРИМЕР, И УДЕРЖИВАТЬ ВЛАГУ, И УКРЕПЛЯТЬ БАРЬЕР (А ЕЩЁ ОДНО СВЯЗАНО С ДРУГИМ, ПОЭТОМУ ТУТ ВСЁ ЛОГИЧНО). НО МЫ ВСЁ ЖЕ РАЗДЕЛИМ ИНГРЕДИЕНТЫ НА ГРУППЫ ПО ОСНОВНОМУ ДЕЙСТВИЮ.

УВЛАЖНЯЮТ И ПРИТЯГИВАЮТ ВОДУ В РОГОВОЙ СЛОЙ

ИНГРЕДИЕНТ

НАУКА

ГИАЛУРОНОВАЯ КИСЛОТА
(HYALURONIC ACID)

ИССЛЕДОВАНИЕ ПОКАЗАЛО, ЧТО СРЕДСТВА С ГИАЛУРОНОВОЙ КИСЛОТОЙ ЭФФЕКТИВНО УВЛАЖНЯЮТ КОЖУ И УЛУЧШАЮТ ЭЛАСТИЧНОСТЬ, А НИЗКОМОЛЕКУЛЯРНАЯ ГИАЛУРОНОВАЯ КИСЛОТА ЕЩЁ И УМЕНЬШАЕТ ГЛУБИНУ МОРЩИН.

ГЛИЦЕРИН (GLYCERIN)

ЭТО ПРОДУКТ МЕТАБОЛИЗМА — ТО ЕСТЬ ОН ЕСТЕСТВЕННЫМ ОБРАЗОМ ПРИСУТСТВУЕТ В КОЖЕ. ЭКСПЕРТЫ ПОДТВЕРЖДАЮТ, ЧТО ГЛИЦЕРИН ОБЛАДАЕТ УВЛАЖНЯЮЩИМИ И УКРЕПЛЯЮЩИМИ СВОЙСТВАМИ.

МОЧЕВИНА (UREA)

ДОКАЗАНО, ЧТО ОНА ОБЛАДАЕТ УВЛАЖНЯЮЩИМИ И АНТИБАКТЕРИАЛЬНЫМИ СВОЙСТВАМИ, УСТРАНЯЕТ ШЕЛУШЕНИЯ И СУХОСТЬ, А ТАКЖЕ УЛУЧШАЕТ СОСТОЯНИЕ КОЖИ ПРИ АТОПИЧЕСКОМ ДЕРМАТИТЕ.

**НАТУРАЛЬНЫЙ
УВЛАЖНЯЮЩИЙ ФАКТОР, НУФ**
(NATURAL MOISTURIZING
FACTOR, NMF)

ЭТО КОМПЛЕКС ВЕЩЕСТВ, КОТОРЫЕ ИЗНАЧАЛЬНО ЕСТЬ В РОГОВОМ СЛОЕ: АМИНОКИСЛОТЫ, МОЛОЧНАЯ КИСЛОТА, МОЧЕВИНА, СОЛИ РСА. ЭКСПЕРТЫ ОТМЕЧАЮТ, ЧТО НУФ ОКАЗЫВАЕТ СЕРЬЁЗНОЕ ВЛИЯНИЕ НА УРОВЕНЬ ГИДРАТАЦИИ КОЖИ.

ТРЕГАЛОЗА (TREHALOSE)

ЭТОТ КОМПОНЕНТ ТОЖЕ ОБЛАДАЕТ ДОКАЗАННОЙ ЭФФЕКТИВНОСТЬЮ. ОН ПРЕДОТВРАЩАЕТ ПОТЕРЮ ВОДЫ, А ЕЩЁ ОБЕРЕГАЕТ ОТ ПОВРЕЖДЕНИЙ, ВЫЗВАННЫХ СОЛНЕЧНЫМИ ЛУЧАМИ И ЗАГРЯЗНЕНИЯМИ.

ПРОПИЛЕНГЛИКОЛЬ
(PROPYLENE GLYCOL)

ЕГО ЧАСТО ИСПОЛЬЗУЮТ В КОМБИНАЦИИ С ДРУГИМИ АКТИВАМИ ДЛЯ УСИЛЕНИЯ УВЛАЖНЯЮЩЕГО ДЕЙСТВИЯ. ПО ДАННЫМ ИССЛЕДОВАНИЙ, ПРОПИЛЕНГЛИКОЛЬ УЛУЧШАЕТ ПРОНИКНОВЕНИЕ ДРУГИХ ВЕЩЕСТВ. А ЕЩЁ ОН РЕДКО ПРОВОЦИРУЕТ РАЗДРАЖЕНИЕ.



УКРЕПЛЯЮТ БАРЬЕР, ВОССТАНАВЛИВАЯ ВОДНЫЙ И ЛИПИДНЫЙ БАЛАНС

ИНГРЕДИЕНТ

НАУКА

ЦЕРАМИДЫ
(CERAMIDES)

ЭТО РАЗНОВИДНОСТЬ ЛИПИДОВ (ЖИРОВ), ОНИ ВОССТАНАВЛИВАЮТ КОЖНЫЙ БАРЬЕР, ПРЕДОТВРАЩАЯ ПОТЕРЮ ВЛАГИ. ИССЛЕДОВАНИЕ ПОКАЗЫВАЕТ, ЧТО КРЕМ С ЦЕРАМИДАМИ НЕ ТОЛЬКО НОРМАЛИЗУЕТ ВОДНЫЙ БАЛАНС, НО И ОБЛЕГЧАЕТ СИМПТОМЫ АТОПИЧЕСКОГО ДЕРМАТИТА.

СКВАЛАН
(SQUALANE)

ИНГРЕДИЕНТ ВОССТАНАВЛИВАЕТ БАРЬЕР, ПОМОГАЯ КОЖЕ ЛУЧШЕ УДЕРЖИВАТЬ ВЛАГУ. А ЕЩЁ ИССЛЕДОВАНИЕ ПОКАЗАЛО, ЧТО СКВАЛАН ЗАЩИЩАЕТ ОТ «ОКИСЛИТЕЛЬНОГО» СТРЕССА, ПРОВОЦИРУЕМОГО UVA-ЛУЧАМИ.

ПАНТЕНОЛ / ПРОВИТАМИН В5
(PANTHENOL)

ПО ДАННЫМ ИССЛЕДОВАНИЙ, ПАНТЕНОЛ ПОДДЕРЖИВАЕТ МЯГКОСТЬ И ЭЛАСТИЧНОСТЬ КОЖИ, А ЕЩЁ СПОСОБСТВУЕТ ЗАЖИВЛЕНИЮ РАН И СНИМАЕТ РАЗДРАЖЕНИЕ.

ЛИЗАТ ЛАКТОБАКТЕРИЙ
(LACTOBACILLUS LYSATE)

ЭКСПЕРИМЕНТЫ ПОКАЗАЛИ, ЧТО ЛИЗАТ ЛАКТОБАКТЕРИЙ НЕ ТОЛЬКО УВЛАЖНЯЕТ И УКРЕПЛЯЕТ БАРЬЕР, НО ЕЩЁ УСИЛИВАЕТ ВЫРАБОТКУ АНТИОКСИДАНТОВ, ЗАМЕДЛЯЯ СТАРЕНИЕ.

НИАЦИНАМИД / ВИТАМИН В3
(NIACINAMIDE)

ИССЛЕДОВАНИЯ ПОДТВЕРЖДАЮТ, ЧТО ОН УКРЕПЛЯЕТ БАРЬЕР, УВЕЛИЧИВАЕТ ТОЛЩИНУ РОГОВОГО СЛОЯ, СНИЖАЕТ ВЫРАБОТКУ КОЖНОГО САЛА, СПОСОБСТВУЕТ ВОССТАНОВЛЕНИЮ ВОДНОГО БАЛАНСА.

ЖИРНЫЕ КИСЛОТЫ
(FATTY ACIDS)

ИССЛЕДОВАНИЯ ПОКАЗЫВАЮТ, ЧТО ПРИ НЕХВАТКЕ ЭТОГО КОМПОНЕНТА ЛИПИДНЫЙ БАРЬЕР КОЖИ ОСЛАБЕВАЕТ, ЭТО ПРИВОДИТ К ЧРЕЗМЕРНОЙ ПОТЕРЕ ВОДЫ.

ФОСФОЛИПИДЫ
(PHOSPHOLIPIDS)

ЭКСПЕРТЫ УТВЕРЖДАЮТ, ЧТО ФОСФОЛИПИДЫ ОБРАЗУЮТ НА КОЖЕ ОЧЕНЬ ТОНКИЕ СЛОИ, КОТОРЫЕ ОСТАЮТСЯ ДАЖЕ ПОСЛЕ УМЫВАНИЯ И ПОДДЕРЖИВАЮТ БАЛАНС ВЛАГИ В КОЖЕ.

СОЗДАЮТ ЗАЩИТНУЮ ПЛЁНКУ НА ПОВЕРХНОСТИ КОЖИ,
ЧТОБЫ ПРЕДОТВРАТИТЬ ИСПАРЕНИЕ ВЛАГИ

ИНГРЕДИЕНТ

НАУКА

МАСЛО ЖОЖОБА
(SIMMONDSIA CHINENSIS
(JOJOBA) SEED OIL)

ДОКАЗАНО, ЧТО ОНО УВЛАЖНЯЕТ, УКРЕПЛЯЕТ РОГОВОЙ СЛОЙ И ОКАЗЫВАЕТ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ЭКЗЕМЫ. ЭТОТ КОМПОНЕНТ ПОДХОДИТ ДЛЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ КОЖИ.

ПЕТРОЛАТУМ, ВАЗЕЛИН
(PETROLATUM)

ЭКСПЕРИМЕНТЫ УЧЁНЫХ ПОКАЗАЛИ, ЧТО ВАЗЕЛИН НЕ ТОЛЬКО СОЗДАЁТ ПЛЁНКУ НА ПОВЕРХНОСТИ, НО И ПРОНИКАЕТ ВНУТРЬ, УСКОРЯЯ ПРОЦЕСС ВОССТАНОВЛЕНИЯ КОЖИ. А ЕЩЁ ОН ПОДХОДИТ ПРИ АТОПИЧЕСКОМ ДЕРМАТИТЕ.

МИНЕРАЛЬНОЕ МАСЛО
(MINERAL OIL)

*ЭТО РОДСТВЕННЫЙ ПЕТРОЛАТУМУ
КОМПОНЕНТ

УЧЁНЫЕ ОПРОВЕРГЛИ ТЕОРИЮ, ЧТО МИНЕРАЛЬНОЕ МАСЛО ЗАКУПОРИВАЕТ ПОРЫ И ПРОВОЦИРУЕТ УГРЕВУЮ СЫПЬ. ОДНАКО СТОИТ УЧИТЫВАТЬ, ЧТО ВОЗМОЖНА ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РЕАКЦИЯ НА КОМПОНЕНТ.

ДИМЕТИКОН
(DIMETHICONE)

ДИМЕТИКОН СОЗДАЁТ ДЫШАЩУЮ И НЕКОМЕДОГЕННУЮ ПЛЁНКУ, УДЕРЖИВАЯ ВЛАГУ. ОН КЛАССИФИЦИРУЕТСЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЯМИ КАК КОМПОНЕНТ С МИНИМАЛЬНЫМ РАЗДРАЖАЮЩИМ ДЕЙСТВИЕМ. А ЕЩЁ ПЛОХО ПРОНИКАЕТ В КОЖУ ИЗ-ЗА КРУПНЫХ МОЛЕКУЛ.

! ВАЖНО УЧИТЫВАТЬ, ЧТО ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЛЮБОГО ИНГРЕДИЕНТА ЗАВИСИТ ОТ ЕГО КОНЦЕНТРАЦИИ. ИГРАЕТ РОЛЬ И ТО, С КАКИМИ КОМПОНЕНТАМИ ОН СОЧЕТАЕТСЯ В ФОРМУЛЕ.

СИЛИКОНЫ

ОТДЕЛЬНО ХОТИМ ОБСУДИТЬ СИЛИКОНЫ В УВЛАЖНЯЮЩИХ СРЕДСТВАХ, ТАК КАК НЕКОТОРЫЕ ИЗ НИХ МОГУТ ЗАБИВАТЬ ПОРЫ И ПРОВОЦИРОВАТЬ ВОСПАЛЕНИЯ.

С ЧЕМ СТОИТ БЫТЬ ОСТОРОЖНЕЕ

- **СТЕАРИЛОКСИ ДИМЕТИКОН**
(STEAROXY DIMETHICONE)
- **ДИМЕТИКОНОЛ** (DIMETHICONOL)
- **АМОДИМЕТИКОН** (AMODIMETHICONE)
- **ЦЕТИЛ ДИМЕТИКОН** (CETYL DIMETHICONE)

ФОРМИРУЮТ ПЛОТНОЕ И УСТОЙЧИВОЕ
ПОКРЫТИЕ

ЧТО СОВЕТУЕМ

- **ДИМЕТИКОН** (DIMETHICONE)
- **ЦИКЛОПЕНТАСИЛОКСАН**
(CYCLOPENTASILOXANE, D5)
- **ЦИКЛОГЕКСИСИЛОКСАН** (CYCLOHEXASILOXANE)
- **ФЕНИЛ ТРИМЕТИКОН** (PHENYL TRIMETHICONE)
- **ПЭГ/ППГ СИЛИКОНЫ, НАПРИМЕР, ПЭГ-10
ДИМЕТИКОН** (PEG/PPG-18/18 DIMETHICONE)
- **ПОЛИДИМЕТИЛСИЛОКСАН**
(POLYDIMETHYLSILOXANE)

СОЗДАЮТ НЕВЕСОМУЮ ПЛЁНКУ И ЛЕГКО
СМЫВАЮТСЯ

КАК ВЫБРАТЬ УВЛАЖНЯЮЩЕЕ СРЕДСТВО: РАЗБОР БАНОК

КАК ВЫБРАТЬ УВЛАЖНЯЮЩЕЕ СРЕДСТВО: РАЗБОР БАНОК

ЧТО ИСКАТЬ В СОСТАВЕ — ВЫЯСНИЛИ.
ТЕПЕРЬ ПРЕДЛАГАЕМ РАЗОБРАТЬСЯ, КАК ВЫБРАТЬ
МЕЖДУ МИЛЛИОНОМ УВЛАЖНЯЮЩИХ СРЕДСТВ.

01

ИЩЕМ БАЗУ

УВЛАЖНЯЮЩЕЕ СРЕДСТВО — СЕРДЦЕ БЬЮТИ-РУТИНЫ. ВАЖНО, ЧТОБЫ ИМ БЫЛО КОМФОРТНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ, ТАК КАК ЕГО СЛЕДУЕТ НАНОСИТЬ 1–2 РАЗА В ДЕНЬ. ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ТЕКСТУРУ (ОНА ДОЛЖНА БЫТЬ ПРИЯТНОЙ) И СОСТАВ. ЖЕЛАТЕЛЬНО, ЧТОБЫ ТАМ БЫЛИ КОМПОНЕНТЫ, КОТОРЫЕ НАСЫЩАЮТ ВЛАГОЙ И ПРИ ЭТОМ НОРМАЛИЗУЮТ ЛИПИДНЫЙ БАЛАНС.

ПРИНЯТО СЧИТАТЬ, ЧТО ЖИРНОЙ КОЖЕ БОЛЬШЕ ПОДХОДЯТ НЕВЕСОМЫЕ ПРОДУКТЫ, А СУХОЙ — ПЛОТНЫЕ. В РЕАЛЬНОСТИ ЖЕ ЭТО НЕОБЯЗАТЕЛЬНОЕ ПРАВИЛО. КАК МЫ И ГОВОРИЛИ В САМОМ НАЧАЛЕ, ЛУЧШЕ ПОТЕСТИРОВАТЬ ТЕКСТУРЫ И ВЫБРАТЬ ТУ, КОТОРАЯ ПОНРАВИТСЯ ВАМ НА ОЩУПЬ.

А ЕЩЁ СОВЕТУЕМ ПРИСЛУШАТЬСЯ К АРОМАТУ. КРЕМ ОБЫЧНО ЛОЖИТСЯ ПОВЕРХ ТОНИКОВ И СЫВОРОТОК. И ЕСЛИ КАЖДОЕ СРЕДСТВО БУДЕТ ОБЛАДАТЬ АКЦЕНТНЫМ ЗАПАХОМ, НАСЛОЕНИЕ МОЖЕТ ВАС НЕ ПОРАДОВАТЬ. МЫ В КОМАНДЕ ЛЮБИМ БАНОЧКИ ВООООБЩЕ БЕЗ ОТДУШЕК.



НАСЫЩЕННЫЙ И ЛЁГКИЙ УВЛАЖНЯЮЩИЕ КРЕМЫ DTMS

В НАШЕЙ ЛИНЕЙКЕ ЕСТЬ 2 БЕСТСЕЛЛЕРА: НАСЫЩЕННЫЙ И ЛЁГКИЙ УВЛАЖНЯЮЩИЕ КРЕМЫ. ИХ ФОРМУЛА БЛИЗКА ПО СОСТАВУ К ЗАЩИТНЫМ ЛИПИДАМ КОЖИ И НАТУРАЛЬНОМУ УВЛАЖНЯЮЩЕМУ ФАКТОРУ. ЗА СЧЁТ ЭТОГО СРЕДСТВА ЛЕГКО ВСТРАИВАЮТСЯ И НОРМАЛИЗУЮТ ЕСТЕСТВЕННУЮ РАБОТУ КОЖИ. **DON'T TOUCH MY MOISTURIZER LIGHT** И **DON'T TOUCH MY MOISTURIZER RICH** ОТЛИЧАЮТСЯ ТЕКСТУРОЙ. ЛЁГКИЙ КРЕМ БОЛЕЕ НЕВЕСОМЫЙ, А НАСЫЩЕННЫЙ — БОЛЕЕ ПЛОТНЫЙ. ПРИ ЭТОМ ПРОДУКТЫ РАБОТАЮТ ПРАКТИЧЕСКИ ОДИНАКОВО.



DON'T TOUCH MY MOISTURIZER LIGHT ЛЁГКИЙ УВЛАЖНЯЮЩИЙ КРЕМ

AQUA (WATER), **SIMMONDSIA CHINENSIS (JOJOBA) SEED OIL**, **NIACINAMIDE**, CETEARYL ALCOHOL/POTASSIUM CETYL PHOSPHATE, CETEARYL ALCOHOL, **GLYCERIN**, **POLYDIMETHYLSILOXANE**, **SQUALANE**, **TREHALOSE**, **HYDROGENATED POLYISOBUTENE**, ALKYL MALATE, **ALOE BARBADENSIS (ALOE VERA) LEAF JUICE**, **LACTOCOCCUS FERMENT LYSATE**, GLYCERYL STEARATE, **SODIUM L-PYRROLIDONE CARBOXYLATE/SODIUM LACTATE/L-ARGININE/L-ASPARTIC ACID/L-PYRROLIDONECARBOXYLIC ACID/GLYCINE/L-ALANINE/L-SERINE/L-VALINE/L-PROLINE/L-THREONINE/L-ISOLEUCINE/L-HISTIDINE/L-PHENYLALANINE/AQUA, UREA, LINOLEIC ACID, LINOLENIC ACID**, AMMONIUM ACRYLOYLDIMETHYLTAURATE/VP COPOLYMER, PHENOXYETHANOL/METHYLPARABEN/ETHYLPARABEN/PROPYLPARABEN, ALKYL LACTATE, **HYDROGENATED LECITHIN**, **PANTHENOL**, **TOCOPHEROL**, CAPRYLOYL GLYCINE, **SODIUM HYALURONATE**, **BIS-ETHYLHEXYL HYDROXYDIMETHOXY BENZYL MALONATE**, SUCCINIC ACID, **LACTIC ACID**



DON'T TOUCH MY MOISTURIZER RICH НАСЫЩЕННЫЙ УВЛАЖНЯЮЩИЙ КРЕМ

AQUA (WATER), **HYDROGENATED POLYISOBUTENE**, **SIMMONDSIA CHINENSIS (JOJOBA) SEED OIL**, GLYCERYL STEARATE, **LACTOCOCCUS FERMENT LYSATE**, **GLYCERIN**, CETEARYL GLUCOSIDE/CETEARYL ALCOHOL, ALKYL MALATE, **POLYDIMETHYLSILOXANE**, ALKYL LACTATE, **NIACINAMIDE**, **CYCLOPENTASILOXANE/DIMETHICONE/VINYL DIMETHICONE CROSSPOLYMER**, AMMONIUM ACRYLOYLDIMETHYLTAURATE/VP COPOLYMER, CETEARYL ALCOHOL/POTASSIUM CETYL PHOSPHATE, **SQUALANE**, **ALOE BARBADENSIS (ALOE VERA) LEAF JUICE**, **PANTHENOL**, **UREA**, ETHYLHEXYL PALMITATE/SILICA DIMETHYL SILYLATE/**BUTYLENE GLYCOL/PENTYLENE GLYCOL/SODIUM HYALURONATE**, **SODIUM L-PYRROLIDONE CARBOXYLATE/SODIUM LACTATE/L-ARGININE/L-ASPARTIC ACID/L-PYRROLIDONE CARBOXYLIC ACID/GLYCINE/L-ALANINE/L-SERINE/L-VALINE/L-PROLINE/L-THREONINE/L-ISOLEUCINE/L-HISTIDINE/L-PHENYLALANINE/AQUA, SYNTHETIC BEESWAX, TOCOPHEROL, LINOLEIC ACID/LINOLENIC ACID**, PHENOXYETHANOL/METHYLPARABEN/ETHYLPARABEN/PROPYLPARABEN, **SODIUM HYALURONATE**, **HYDROGENATED LECITHIN**, **ASCORBYL GLUCOSIDE**, **BIS-ETHYLHEXYL HYDROXYDIMETHOXY BENZYL MALONATE**, SUCCINIC ACID, **ISOQUERCETIN**

13

- ПРИТЯГИВАЮТ ВОДУ В РОГОВОЙ СЛОЙ
- СОЗДАЮТ ЗАЩИТНУЮ ПЛЁНКУ, ЧТОБЫ ПРЕДОТВРАТИТЬ ИСПАРЕНИЕ ВЛАГИ
- УКРЕПЛЯЮТ БАРЬЕР, ВОССТАНАВЛИВАЯ ВОДНЫЙ И ЛИПИДНЫЙ БАЛАНС
- АНТИОКСИДАНТЫ



НОЧНОЙ КРЕМ DTMS

УТРОМ КОЖА ЗАЩИЩАЕТСЯ ОТ ВЛИЯНИЯ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ, А НОЧЬЮ — ВОССТАНАВЛИВАЕТСЯ. И НАШ DON'T TOUCH MY MOISTURIZER NIGHT ЕЙ В ЭТОМ ПОМОГАЕТ. В ЕГО ФОРМУЛЕ ЗАЖИВЛЯЮЩИЕ И ПИТАТЕЛЬНЫЕ КОМПОНЕНТЫ, А ЕЩЁ АНТИОКСИДАНТЫ, КОТОРЫЕ УСКОРЯЮТ РЕГЕНЕРАЦИЮ КЛЕТОК. СРЕДСТВО ОБЛАДАЕТ НАСЫЩЕННОЙ И ОБВОЛАКИВАЮЩЕЙ ТЕКСТУРОЙ — ОДНА НАША ПОКУПАТЕЛЬНИЦА СРАВНИЛА ЕЁ С «НЕЖНЫМ ОДЕЯЛОМ».

В ЦЕЛОМ, ЕСЛИ ВЫ — МИНИМАЛИСТ, ТО НА НОЧЬ МОЖЕТЕ НАНОСИТЬ ТОТ ЖЕ КРЕМ, ЧТО ИСПОЛЬЗУЕТЕ ДНЁМ. В ЭТОМ НЕТ НИЧЕГО СТРАШНОГО, ОН ВСЁ РАВНО БУДЕТ УВЛАЖНЯТЬ ВАШУ КОЖУ. ДОБАВИВ В УХОД НОЧНОЙ ПРОДУКТ, ВЫ ПРОСТО СЛЕГКА УСИЛИТЕ СВОЮ БЬЮТИ-РУТИНУ.



DON'T TOUCH MY MOISTURIZER NIGHT НОЧНОЙ ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ КРЕМ С МЕЛАТОНИНОМ

AQUA (WATER), GLYCERIN, HELIANTHUS ANNUUS (SUNFLOWER) SEED OIL, POTASSIUM CETYL PHOSPHATE, GLYCERYL STEARATE, HYDROGENATED POLYISOBUTENE, CETEARYL ALCOHOL, SQUALANE, DIMETHICONE, DI-C12-13 ALKYL MALATE, ALOE BARBADENSIS (ALOE VERA) LEAF JUICE, THEOBROMA CACAO (COCOA) SEED BUTTER, MANGIFERA INDICA (MANGO) SEED OIL, ORYZA SATIVA (RICE) GERM OIL, PANTHENOL, SODIUM PCA, SODIUM LACTATE, ARGININE, ASPARTIC ACID, PCA, LACTOCOCCUS FERMENT LYSATE, PHOSPHOLIPIDS, MELATONIN, PHENOXYETHANOL, NIACINAMIDE, SORBITOL, LECITHIN, PROPYLENE GLYCOL, RESVERATROL, XANTHAN GUM, CITRUS JUNOS FRUIT EXTRACT, 3-O-ETHYL ASCORBIC ACID, DIHYDROXY METHYLCHROMONE, TOCOPHERYL ACETATE, LINOLEIC ACID, LINOLENIC ACID, SODIUM ALGINATE, BIS-ETHYLHEXYL HYDROXYDIMETHOXY BENZYL MALONATE, SODIUM HYALURONATE, LACTIC ACID, ETHYLHEXYLGLYCERIN, GLYCINE, ALANINE, SERINE, VALINE, PROLINE, THREONINE, ISOLEUCINE, HISTIDINE, PHENYLALANINE

- ПРИТЯГИВАЮТ ВОДУ В РОГОВОЙ СЛОЙ
- СОЗДАЮТ ЗАЩИТНУЮ ПЛЁНКУ, ЧТОБЫ ПРЕДОТВРАТИТЬ ИСПАРЕНИЕ ВЛАГИ
- УКРЕПЛЯЮТ БАРЬЕР, ВОССТАНАВЛИВАЯ ВОДНЫЙ И ЛИПИДНЫЙ БАЛАНС
- АНТИОКСИДАНТЫ



02

РЕШАЕМ КОНКРЕТНЫЙ ЗАПРОС

ЕСЛИ ПРИ ЕЖЕДНЕВНОМ ИСПОЛЬЗОВАНИИ УВЛАЖНЯЮЩЕГО КРЕМА КОЖА ВСЁ РАВНО ВЫГЛЯДИТ НЕ ТАК, КАК ХОТЕЛОСЬ БЫ, ТО СТОИТ ДОБАВИТЬ В УХОД ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО БЬЮТИ-ГЕРОЯ.

ЕСЛИ НЕ ХВАТАЕТ ВЛАГИ (КОЖА ОБЕЗВОЖЕНА: ЕСТЬ СЯНУТОСТЬ, ШЕЛУШЕНИЯ, ТУСКЛЫЙ ЦВЕТ ЛИЦА, СУХИЕ МОРЩИНКИ) ➔ **ИСПОЛЬЗУЙТЕ УВЛАЖНЯЮЩУЮ СЫВОРОТКУ**

СЫВОРОТКА DON'T TOUCH MY HYDRATION — УВЛАЖНЯЮЩИЙ КОКТЕЙЛЬ ИЗ ГЛИЦЕРИНА, ТРЕГАЛОЗЫ И ГИАЛУРОНОВЫХ СФЕР. ОНА НАСЫЩАЕТ КОЖУ ВЛАГОЙ, УСТРАНЯЕТ ШЕЛУШЕНИЯ И ОЩУЩЕНИЕ СЯНУТОСТИ, А ЕЩЁ РАЗГЛАЖИВАЕТ МЕЛКИЕ СУХИЕ МОРЩИНКИ. ДЛЯ УСИЛЕННОГО УВЛАЖНЕНИЯ КОЖИ СОВЕТУЕМ ИСПОЛЬЗОВАТЬ СЫВОРОТКУ ПЕРЕД КРЕМОМ. В ЖАРКОЕ ВРЕМЯ ГОДА ОНА МОЖЕТ СТАТЬ БОЛЕЕ КОМФОРТНОЙ АЛЬТЕРНАТИВОЙ КРЕМУ ПРИ УСЛОВИИ, ЧТО КОЖА НЕ НУЖДАЕТСЯ В ГЛУБОКОМ УВЛАЖНЕНИИ.



DON'T TOUCH MY HYDRATION УВЛАЖНЯЮЩАЯ СЫВОРОТКА

AQUA (WATER), GLYCERIN, ALOE BARBADENSIS (ALOE VERA) LEAF GEL, PANTHENOL, C12-13 ALKYL LACTATE, POLYDIMETHYLSILOXANE, CYCLOPENTASILOXANE/DIMETHICONE/VINYL DIMETHICONE CROSSPOLYMER, TREHALOSE, PHOSPHATIDYLCHOLINE, DI-C12-13 ALKYL MALATE, SIMMONDSIA CHINENSIS (JOJOBA) SEED OIL, CETEARYL ALCOHOL, POTASSIUM CETYL PHOSPHATE, PHENOXYETHANOL, AMMONIUM ACRYLOYLDIMETHYLTAURATE/VP COPOLYMER, CETEARYL GLUCOSIDE, SUCROSE LAURATE/ALCOHOL/SUCROSE MYRISTATE, SODIUM L-PYRROLIDONE CARBOXYLATE/SODIUM LACTATE/L-ARGININE/L-ASPARTIC ACID/L-PYRROLIDONE CARBOXYLIC ACID/GLYCINE/L-ALANINE/L-SERINE/L-VALINE/L-PRO-LINE/L-THREONINE/L-ISOLEUCINE/L-HISTIDINE/L-PHENYLALANINE, NIACINAMIDE, ASCORBYL GLUCOSIDE, LACTIC ACID, SUCCINIC ACID, SQUALANE, ETHYLHEXYL PALMITATE/SILICA DIMETHYL SILYLATE/BUTYLENE GLYCOL/PENTYLENE GLYCOL/SODIUM HYALURONATE, TOCOPHEROL, LINOLEIC ACID, LINOLENIC ACID, METHYLPARABEN, ETHYLPARABEN, PROPYLPARABEN, BIS-ETHYLHEXYL HYDROXYDIMETHOXY BENZYL MALONATE, GUAR HYDROXY-PROPYLTRIMONIUM CHLORIDE

- ПРИТЯГИВАЮТ ВОДУ В РОГОВОЙ СЛОЙ
- СОЗДАЮТ ЗАЩИТНУЮ ПЛЁНКУ, ЧТОБЫ ПРЕДОТВРАТИТЬ ИСПАРЕНИЕ ВЛАГИ
- УКРЕПЛЯЮТ БАРЬЕР, ВОССТАНАВЛИВАЯ ВОДНЫЙ И ЛИПИДНЫЙ БАЛАНС
- АНТИОКСИДАНТЫ



ЕСЛИ НЕ ХВАТАЕТ ПИТАНИЯ (ЗАЩИТНЫЙ БАРЬЕР ПОЛОМАН: ЕСТЬ СЯНУТОСТЬ, ПОВЫШЕННАЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ И ЛЁГКОЕ ЖЖЕНИЕ) ➔ **ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЛОСЬОН-МОЛОЧКО**

DON'T TOUCH MY MILKY TONER НАПРАВЛЕН НА ВОССТАНОВЛЕНИЕ ЗАЩИТНОГО БАРЬЕРА. РАСТИТЕЛЬНЫЕ ЦЕРАМИДЫ ВОСПОЛНЯЮТ НЕХВАТКУ КОЖНЫХ ЛИПИДОВ, ПОМОГАЯ УДЕРЖИВАТЬ ВЛАГУ. ЛОСЬОН ПОЛЮБИЛСЯ МНОГИМ НЕ ТОЛЬКО ЗА СВОИ ФУНКЦИИ, НО И ЗА ОБВОЛАКИВАЮЩУЮ МОЛОЧНУЮ ТЕКСТУРУ.

КАК И DON'T TOUCH MY HYDRATION, МОЖЕТ СЛУЖИТЬ АЛЬТЕРНАТИВОЙ УВЛАЖНЯЮЩЕМУ КРЕМУ. НО ПРИ НЕХВАТКЕ ПИТАНИЯ СОВЕДУЕМ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПРОДУКТЫ ВМЕСТЕ.



DON'T TOUCH MY MILKY TONER ПИТАТЕЛЬНЫЙ ЛОСЬОН С РАСТИТЕЛЬНЫМИ ЦЕРАМИДАМИ

AQUA (WATER), GLYCERIN, SQUALANE, MALTOOLIGOSYL GLUCOSIDE, HYDROGENATED STARCH HYDROLYSATE, SORBITAN OLEATE, XYLITYL GLUCOSIDE, ANHYDROXYLITOL, XYLITOL, BUTYLENE GLYCOL, CITRUS JUNOS FRUIT EXTRACT, SODIUM ACRYLATES COPOLYMER, LECITHIN, SODIUM PCA, SODIUM LACTATE, ARGININE, ASPARTIC ACID, PCA, PHENOXYETHANOL, OENOTHERA BIENNIS (EVENING PRIMROSE) OIL, ETHYLHEXYLGLYCERIN, SODIUM HYALURONATE, TOCOPHERYL ACETATE, CITRIC ACID, GLYCINE, ALANINE, SERINE, VALINE, PROLINE, THREONINE, ISOLEUCINE, HISTIDINE, PHENYLALANINE

- ПРИТЯГИВАЮТ ВОДУ В РОГОВОЙ СЛОЙ
- СОЗДАЮТ ЗАЩИТНУЮ ПЛЁНКУ, ЧТОБЫ ПРЕДОТВРАТИТЬ ИСПАРЕНИЕ ВЛАГИ
- УКРЕПЛЯЮТ БАРЬЕР, ВОССТАНАВЛИВАЯ ВОДНЫЙ И ЛИПИДНЫЙ БАЛАНС
- АНТИОКСИДАНТЫ



03

ВСПОМИНАЕМ, ЧТО ТЕЛО ТОЖЕ НАДО УВЛАЖНЯТЬ

У КОЖИ ТЕЛА ПРИМЕРНО ТАКИЕ ЖЕ ПОТРЕБНОСТИ, КАК И У КОЖИ ЛИЦА: ОНА НУЖДАЕТСЯ В МЯГКОМ ОЧИЩЕНИИ И ГЛУБОКОМ УВЛАЖНЕНИИ, ОСОБЕННО В СЕЗОН ХОЛОДНОГО И СУХОГО ВОЗДУХА.

ПРИ ЭТОМ МЫ НЕ СОВЕТУЕМ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ОДИН КРЕМ ДЛЯ ВСЕГО. ТАК ДЕЛАТЬ МОЖНО, НО ЛУЧШЕ ПОДОБРАТЬ ДЛЯ ТЕЛА СПЕЦИАЛЬНОЕ СРЕДСТВО — КОЖА ТАМ ТОЛЩЕ И ГРУБЕЕ, ПОЭТОМУ ДЛЯ НЕЁ ЛУЧШЕ ПОДОЙДУТ НАСЫЩЕННЫЕ ПРОДУКТЫ С БОЛЕЕ ВЫСОКОЙ КОНЦЕНТРАЦИЕЙ АКТИВОВ, ЧЕМ У БАНОЧЕК ДЛЯ ЛИЦА.

УВЛАЖНЯЮЩИЙ КРЕМ ДЛЯ ТЕЛА DTMS

DON'T TOUCH MY BODY MOISTURIZER, КАК И НАШИ КРЕМЫ ДЛЯ ЛИЦА, ПОСТРОЕН НА КОМПОНЕНТАХ, БЛИЗКИХ ПО СОСТАВУ К ЗАЩИТНЫМ ЛИПИДАМ КОЖИ. ПОЭТОМУ ОН ЭФФЕКТИВНО УВЛАЖНЯЕТ, ПИТАЕТ И УКРЕПЛЯЕТ ЗАЩИТНЫЙ БАРЬЕР. ФОРМУЛА С ОМЕГА-3, НИАЦИНАМИДОМ, ГЛИЦЕРИНОМ И МАСЛОМ ЖОЖОБА ПОДХОДИТ ДАЖЕ ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ И АТОПИЧНОЙ КОЖЕ. СРЕДСТВО ОБЛАДАЕТ ОБВОЛАКИВАЮЩЕЙ ТЕКСТУРОЙ, ЗА СЧЁТ КОТОРОЙ «ОКУТЫВАЕТ» КОМФОРТОМ ПОСЛЕ ДУША.



DON'T TOUCH MY BODY MOISTURIZER УВЛАЖНЯЮЩИЙ КРЕМ ДЛЯ ТЕЛА

AQUA (WATER), CETEARYL ALCOHOL, HYDROGENATED POLYISOBUTENE, GLYCERIN, CETEARYL ALCOHOL, POTASSIUM CETYL PHOSPHATE, DI-C12-13 ALKYL MALATE, C12-13 ALKYL LACTATE, PROPYLHEPTYL CAPRYLATE, GLYCERYL STEARATE, CYCLOPENTASILOXANE, DIMETHICONE/VINYL DIMETHICONE CROSSPOLYMER, CETEARYL GLUCOSIDE, SIMMOND-SIA CHINENSIS (JOJOBA) SEED OIL, OLEA EUROPAEA (OLIVE) OIL, DIMETHICONE, NIACINAMIDE, PHENOXYETHANOL, SODIUM PCA, SODIUM LACTATE, ARGININE, ASPARTIC ACID, PCA, AMMONIUM ACRYLOYLDIMETHYLTAURATE/VP COPOLYMER, ETHYLHEXYLGLYCERIN, TOCOPHERYL ACETATE, GLUCOSYL HESPERIDIN, HYDROGENATED PHOSPHATIDYLCHOLINE, LINOLEIC ACID, LINOLENIC ACID, SODIUM HYALURONATE, LACTIC ACID, SUCCINIC ACID, GLYCINE, ALANINE, SERINE, VALINE, PROLINE, THREONINE, ISOLEUCINE, HISTIDINE, PHENYLALANINE

- ПРИТЯГИВАЮТ ВОДУ В РОГОВОЙ СЛОЙ
- СОЗДАЮТ ЗАЩИТНУЮ ПЛЁНКУ, ЧТОБЫ ПРЕДОТВРАТИТЬ ИСПАРЕНИЕ ВЛАГИ
- УКРЕПЛЯЮТ БАРЬЕР, ВОССТАНАВЛИВАЯ ВОДНЫЙ И ЛИПИДНЫЙ БАЛАНС
- АНТИОКСИДАНТЫ

СХЕМА УХОДА ПОД ВАШ ТИП КОЖИ

СХЕМА УХОДА ПОД ВАШ ТИП КОЖИ

ПОСМОТРИТЕ В ЗЕРКАЛО И ПОПЫТАЙТЕСЬ ПОНЯТЬ, КАКАЯ ОНА — ВАША КОЖА. ПОПРОБУЙТЕ МЫСЛЕННО ЕЁ ОХАРАКТЕРИЗОВАТЬ. А ЗАТЕМ ЗАГЛЯНИТЕ В ЭТУ ТАБЛИЦУ И ВЫБЕРИТЕ УХОД, ОПИРАЯСЬ НА ПРИЗНАКИ.

ТИП И СОСТОЯНИЕ КОЖИ

ПРИЗНАКИ

СХЕМА УХОДА

**СУХАЯ
И ОБЕЗВОЖЕННАЯ**

КОЖА ТОНКАЯ И МАТОВАЯ,
ЕСТЬ ШЕЛУШЕНИЯ
И ОЩУЩЕНИЕ СЯНУТОСТИ,
ТУСКЛЫЙ ЦВЕТ ЛИЦА

- 01 мягкий гель для умывания
- 02 увлажняющая сыворотка
- 03 насыщенный увлажняющий крем



01 02 03

**СУХАЯ
С ПОВРЕЖДЁННЫМ
БАРЬЕРОМ**

КОЖА ТОНКАЯ И МАТОВАЯ,
ЕСТЬ РАЗДРАЖЕНИЕ,
ПОВЫШЕНА ЧУВСТВИТЕЛЬ-
НОСТЬ — ПОЯВЛЯЮТСЯ
ПОКРАСНЕНИЯ, ЗУД И ЖЖЕНИЕ
ПРИ КОНТАКТЕ С ВОДОЙ
И КОСМЕТИКОЙ

- 01 мягкий гель для умывания
- 02 питательный лосьон-молочко
- 03 насыщенный увлажняющий крем



01 02 03

**ЖИРНАЯ
И ОБЕЗВОЖЕННАЯ**

ПЛОТНАЯ КОЖА С ЖИРНЫМ
БЛЕСКОМ И РАСШИРЕННЫМИ
ПОРАМИ, ПРИСУТСТВУЮТ
ОЩУЩЕНИЕ СЯНУТОСТИ,
ТУСКЛОСТЬ И ШЕЛУШЕНИЯ
НА ОТДЕЛЬНЫХ УЧАСТКАХ

- 01 мягкий гель для умывания
- 02 увлажняющая сыворотка
- 03 лёгкий увлажняющий крем



01 02 03



ТИП И СОСТОЯНИЕ КОЖИ

ПРИЗНАКИ

СХЕМА УХОДА

ЖИРНАЯ С ПОВРЕЖДЁННЫМ БАРЬЕРОМ

ПЛОТНАЯ КОЖА С ЖИРНЫМ БЛЕСКОМ И РАСШИРЕННЫМИ ПОРАМИ, ЕСТЬ ПОКРАСНЕНИЯ И ВОСПАЛЕНИЯ, НЕПРИЯТНЫЕ ОЩУЩЕНИЯ ПРИ КОНТАКТЕ С ВОДОЙ И КОСМЕТИКОЙ

- 01 мягкий гель для умывания
- 02 питательный лосьон-молочко
- 03 лёгкий увлажняющий крем



01 02 03

НОРМАЛЬНАЯ

РОВНАЯ, МАТОВАЯ КОЖА БЕЗ ШЕЛУШЕНИЙ И ЧРЕЗМЕРНОГО БЛЕСКА, НЕТ ОЩУЩЕНИЯ СТЯНУТОСТИ

- 01 мягкий гель для умывания
- 02 АКТИВ — ПО ЖЕЛАНИЮ
- 03 лёгкий или насыщенный увлажняющий крем — ВЫБИРАЙТЕ ПО ТЕКСТУРЕ



01 02 03

КОМБИНИРОВАННАЯ И ОБЕЗВОЖЕННАЯ

ЖИРНЫЙ БЛЕСК ТОЛЬКО НА Т-ЗОНЕ, СУХИЕ УЧАСТКИ С ШЕЛУШЕНИЯМИ, ОЩУЩЕНИЕ СТЯНУТОСТИ, ОСОБЕННО ПОСЛЕ УМЫВАНИЯ

- 01 мягкий гель для умывания
- 02 УВЛАЖНЯЮЩАЯ СЫВОРОТКА
- 03 лёгкий или насыщенный увлажняющий крем — ВЫБИРАЙТЕ ПО ТЕКСТУРЕ



01 02 03



ТИП И СОСТОЯНИЕ КОЖИ

ПРИЗНАКИ

СХЕМА УХОДА

КОМБИНИРОВАННАЯ
С ПОВРЕЖДЁННЫМ
БАРЬЕРОМ

ЖИРНЫЙ БЛЕСК ТОЛЬКО
НА Т-ЗОНЕ, ЕСТЬ ПОКРАСНЕНИЯ
И ВОСПАЛЕНИЯ, ПОВЫШЕНА
ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ — ЗУД
И ЖЖЕНИЕ ПОСЛЕ КОНТАКТА
С ВОДОЙ И КОСМЕТИКОЙ

- 01 мягкий гель для умывания
02 питательный лосьон-молочко
03 лёгкий или насыщенный
увлажняющий крем — ВЫБИРАЙТЕ
ПО ТЕКСТУРЕ



01

02

03

- ! ЕСЛИ У ВАС ПРОСТО СУХАЯ, ЖИРНАЯ ИЛИ КОМБИНИРОВАННАЯ КОЖА БЕЗ ПРИЗНАКОВ
• ОБЕЗВОЖЕННОСТИ И ПОВРЕЖДЁННОГО БАРЬЕРА, ВЫ МОЖЕТЕ ОГРАНИЧИТЬСЯ МЯГКИМ ГЕЛЕМ
ДЛЯ УМЫВАНИЯ И ОДНИМ УВЛАЖНЯЮЩИМ КРЕМОМ.

ЛАЙФХАКИ ДЛЯ УВЛАЖНЕНИЯ: ЧТО ЕЩЁ ВАЖНО, КРОМЕ КРЕМА

ЛАЙФХАКИ ДЛЯ УВЛАЖНЕНИЯ: ЧТО ЕЩЁ ВАЖНО, КРОМЕ КРЕМА

КОГДА ВЫ НАХОДИТЕСЬ В ПОМЕЩЕНИИ С СУХИМ ВОЗДУХОМ, ВЛАГА НАЧИНАЕТ АКТИВНО ИСПАРЯТЬСЯ С ПОВЕРХНОСТИ КОЖИ, ВЫЗЫВАЯ ДИСКОМФОРТ. ЧЕМ ДОЛЬШЕ ВЫ В ТАКОМ ПРОСТРАНСТВЕ, ТЕМ СЛАБЕЕ СТАНОВИТСЯ ЗАЩИТНЫЙ БАРЬЕР — В РЕЗУЛЬТАТЕ НАЧИНАЮТ ПОЯВЛЯТЬСЯ ШЕЛУШЕНИЯ И ОЩУЩЕНИЕ СЯНУТОСТИ. И ЭТО ПОДТВЕРЖДАЮТ ИССЛЕДОВАНИЯ.

А В ТАКОМ ПОМЕЩЕНИИ МЫ ВСЕ НАХОДИМСЯ ДОВОЛЬНО ЧАСТО: ЗИМОЙ ВОЗДУХ ВЫСУШИВАЮТ БАТАРЕИ, А ЛЕТОМ — КОНДИЦИОНЕРЫ. НО НА СИТУАЦИЮ МОЖНО ПОВЛИЯТЬ — И НЕ ТОЛЬКО С ПОМОЩЬЮ УВЛАЖНЯЮЩЕГО КРЕМА.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ УВЛАЖНИТЕЛЬ ВОЗДУХА

БАНАЛЬНО, НО ЭТО РАБОТАЕТ. БЫВАЮТ КАК БОЛЬШИЕ ГАДЖЕТЫ, ОХВАТЫВАЮЩИЕ ПЛОЩАДЬ ДО 50 КВАДРАТОВ, ТАК И МАЛЕНЬКИЕ, КОТОРЫЕ УДОБНО УСТАНОВИТЬ НА РАБОЧЕМ СТОЛЕ В ОФИСЕ.

ПРОВЕТРИВАЙТЕ ПОСЛЕ ДОЖДЯ

ВООБЩЕ ПОЛЕЗНО ДЕЛАТЬ ЭТО РЕГУЛЯРНО ДАЖЕ В ДНИ БЕЗ ОСАДКОВ — ПРОСТОЙ И БЕСПЛАТНЫЙ ЛАЙФХАК, КАК БЫСТРО НАПОЛНИТЬ ПОМЕЩЕНИЕ СВЕЖИМ И ВЛАЖНЫМ ВОЗДУХОМ.

ДОБАВЬТЕ В ИНТЕРЬЕР КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

ОНИ НЕПРЕРЫВНО ИСПАРЯЮТ ВОДУ ЧЕРЕЗ ЛИСТЬЯ. ОСОБЕННО ХОРОШИ ХЛОРОФИТУМ, СПАТИФИЛЛУМ, ФИКУС БЕНДЖАМИНА, ЦИПЕРУС, ДРАЦЕНА.

ЗАВЕДИТЕ РЫБОК

ЕСЛИ ВАМ БОЛЬШЕ ПО ДУШЕ ФАУНА, ЧЕМ ФЛОРА, ТО ЗАВЕДИТЕ РЫБОК. ВОДА ИЗ АКВАРИУМА БУДЕТ ПОТИХОНЬКУ ИСПАРЯТЬСЯ И УВЛАЖНЯТЬ ВОЗДУХ. ПРАВДА, ЭТО ЛИШЬ КАПЛЯ В МОРЕ.

P. S. ЕСЛИ ВЫ ПРЕВРАТИЛИ КВАРТИРУ В ОРАНЖЕРЕЮ, ЭТО НЕ ЗНАЧИТ, ЧТО МОЖНО НЕ МАЗАТЬСЯ КРЕМОМ :)

ПОПУЛЯРНЫЕ ВОПРОСЫ ПРО УВЛАЖНЕНИЕ

ПОПУЛЯРНЫЕ ВОПРОСЫ ПРО УВЛАЖНЕНИЕ

ЧЕМ УВЛАЖНЕНИЕ ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ПИТАНИЯ?

ОСНОВА КОЖНОГО БАРЬЕРА: ВОДА И ЖИРЫ. УВЛАЖНЯЮЩИЙ КРЕМ ВОСПОЛНЯЕТ НЕДОСТАТОК ВЛАГИ И УДЕРЖИВАЕТ ЕЁ, ПИТАТЕЛЬНЫЙ — ВОСПОЛНЯЕТ НЕДОСТАТОК ЛИПИДОВ. ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ НАДЁЖНОЙ ЗАЩИТЫ НЕОБХОДИМО УДЕЛЯТЬ ВНИМАНИЕ ОБОИМ АСПЕКТАМ. СОВРЕМЕННЫЕ БАНОЧКИ ОБЫЧНО ЗАКРЫВАЮТ СРАЗУ 2 ПОТРЕБНОСТИ.

ПОЧЕМУ ПРИ РЕГУЛЯРНОМ УВЛАЖНЕНИИ КОЖА ВСЁ РАВНО СУХАЯ?

ТАКОЕ МОЖЕТ БЫТЬ ИЗ-ЗА ПОВРЕЖДЁННОГО ГИДРОЛИПИДНОГО БАРЬЕРА — ОН НЕ МОЖЕТ УДЕРЖИВАТЬ ВЛАГУ, В СВЯЗИ С ЧЕМ ОНА АКТИВНО ИСПАРЯЕТСЯ. ДОБАВЬТЕ В УХОД СРЕДСТВО С ФОКУСОМ НА ПИТАНИИ И ВОССТАНОВЛЕНИИ. НАПРИМЕР, НАШ ЛОСЬОН-МОЛОЧКО DON'T TOUCH MY MILKY TONER.

ПОЧЕМУ КОЖА СТЫГИВАЕТСЯ ПОСЛЕ УМЫВАНИЯ ДАЖЕ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ УВЛАЖНЯЮЩЕГО КРЕМА?

ВОЗМОЖНО, ДЕЛО В СЛИШКОМ АГРЕССИВНОМ СРЕДСТВЕ ДЛЯ УМЫВАНИЯ, РАЗРУШАЮЩЕМ ЗАЩИТНЫЙ БАРЬЕР. ЛУЧШЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ МЯГКИЕ ПРОДУКТЫ С НЕЙТРАЛЬНЫМ PH — НАПРИМЕР, НАШ ГЕЛЬ DON'T TOUCH MY CLEANSER.

МОЖНО ЛИ НАНОСИТЬ КРЕМ ДЛЯ ЛИЦА НА ОБЛАСТЬ ВОКРУГ ГЛАЗ?

ДА, ЛЁГКИЙ КРЕМ БЕЗ РАЗДРАЖАЮЩИХ КОМПОНЕНТОВ (КИСЛОТ, СПИРТА, ЭФИРНЫХ МАСЕЛ, АРОМАТИЗАТОРОВ, КРАСИТЕЛЕЙ) МОЖНО НАНОСИТЬ НА ОБЛАСТЬ ВОКРУГ ГЛАЗ. ОДНАКО ДЛЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ КОЖИ ВЕК ЛУЧШЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ СПЕЦИАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА С БОЛЕЕ МЯГКОЙ ФОРМУЛОЙ.

НАДО ЛИ УВЛАЖНЯТЬ ЖИРНУЮ КОЖУ?

ДА. ЖИРНОСТЬ — ПРО ИЗБЫТОК СЕБУМА И АКТИВНОСТЬ САЛЬНЫХ ЖЕЛЁЗ, А УВЛАЖНЁННОСТЬ — ПРО КОЛИЧЕСТВО ВОДЫ В ВЕРХНИХ СЛОЯХ. ЕСЛИ КОЖА БЛЕСТИТ, ЭТО НЕ ЗНАЧИТ, ЧТО ЕЙ ХВАТАЕТ ВЛАГИ.

БЬЮТИ-ПАРАДОКС: ОБЕЗВОЖЕННАЯ КОЖА СТРЕМИТСЯ ПРОИЗВОДИТЬ ЕЩЁ БОЛЬШЕ КОЖНОГО САЛА ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ПОТЕРИ ВЛАГИ.

НАДО ЛИ МЕНЯТЬ УХОД ПРИ СМЕНЕ СЕЗОНА?

МЫ СОВЕТУЕМ ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ НЕ НА СЕЗОН, А НА СОСТОЯНИЕ КОЖИ. ЕСЛИ С НАСТУПЛЕНИЕМ ХОЛОДОВ ОНА СТАЛА БОЛЕЕ СУХОЙ И СТЫНУТОЙ, ТО МОЖНО ПОМЕНЯТЬ ЛЁГКОЕ СРЕДСТВО НА БОЛЕЕ НАСЫЩЕННОЕ И УСИЛИТЬ УВЛАЖНЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ БАНОЧКИ. ПРИ УСЛОВИИ, ЧТО ВАС ВСЁ УСТРАИВАЕТ, МОЖНО НИЧЕГО НЕ МЕНЯТЬ.

МОЖНО ЛИ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ГИАЛУРОНОВУЮ КИСЛОТУ В СУХОМ КЛИМАТЕ ИЛИ В ПОМЕЩЕНИИ С ОТОПЛЕНИЕМ/ КОНДИЦИОНЕРОМ?

ОБЫЧНО ГИАЛУРОНОВАЯ КИСЛОТА «ВЫТЯГИВАЕТ» ВОДУ ИЗ ВЛАЖНОГО ВОЗДУХА И НАСЫЩАЕТ КОЖУ. А КОГДА ВОЗДУХ СУХОЙ, ОНА НАЧИНАЕТ «ТЯНУТЬ» ВОДУ ИЗ ГЛУБОКИХ СЛОЁВ КОЖИ К ПОВЕРХНОСТИ, ГДЕ ТА БЫСТРО ИСПАРЯЕТСЯ. ПОЭТОМУ СРЕДСТВО С ЭТИМ КОМПОНЕНТОМ СЛЕДУЕТ НАНОСИТЬ НА ВЛАЖНУЮ КОЖУ И ОБЯЗАТЕЛЬНО «ЗАПЕЧАТЫВАТЬ» КРЕМОМ.

ПРИМЕЧАНИЯ

ПРИМЕЧАНИЯ

- 01 PAVICIC T., GAUGLITZ G.G., LERSCH P., SCHWACH-ABDELLAOUI K., MALLE B., KORTING H.C., FARWICK M. EFFICACY OF CREAM-BASED NOVEL FORMULATIONS OF HYALURONIC ACID OF DIFFERENT MOLECULAR WEIGHTS IN AN-TI-WRINKLE TREATMENT [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // JOURNAL OF DRUGS IN DERMATOLOGY. – 2011. – VOL. 10, № 9. – P. 990–1000. – URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/22052267/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22052267/).
- 02 FLUHR J.W., DARLENSKI R., SURBER C. GLYCEROL AND THE SKIN: HOLISTIC APPROACH TO ITS ORIGIN AND FUNCTIONS [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // BRITISH JOURNAL OF DERMATOLOGY. – 2008. – VOL. 159, № 1. – P. 23–34. – URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/18510666/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18510666/).
- 03 PIQUERO-CASALS J., MORGADO-CARRASCO D., GRANGER C., TRULLÀS C., JESÚS-SILVA A., KRUTMANN J. UREA IN DERMATOLOGY: A REVIEW OF ITS EMOLLIENT, MOISTURIZING, KERATOLYTIC, SKIN BARRIER ENHANCING AND ANTIMICROBIAL PROPERTIES [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // DERMATOLOGY AND THERAPY. – 2021. – VOL. 11, № 6. – P. 1905–1915. – URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/34596890/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34596890/).
- 04 DRAELOS Z.D., RAYMOND I. THE EFFICACY OF A CERAMIDE-BASED CREAM IN MILD-TO-MODERATE ATOPIC DERMATITIS [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // JOURNAL OF CLINICAL AND AESTHETIC DERMATOLOGY. – 2018. – VOL. 11, № 6. – P. 30–35. – URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/29785236/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29785236/).
- 05 EBNER F., HELLER A., RIPPKE F., TAUSCH I. TOPICAL USE OF DEXPANTHENOL IN SKIN DISORDERS [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // AMERICAN JOURNAL OF CLINICAL DERMATOLOGY. – 2002. – VOL. 3, № 6. – P. 427–433. – URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/12113650/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12113650/).
- 06 RAWLINGS A.V., HARDING C.R. MOISTURIZATION AND SKIN BARRIER FUNCTION [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // DERMATOLOGIC THERAPY. – 2004. – VOL. 17, SUPPL. 1. – P. 43–48. – URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/14728698/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14728698/).
- 07 BLAAK J., STAIB P. AN UPDATED REVIEW ON EFFICACY AND BENEFITS OF SWEET ALMOND, EVENING PRIMROSE AND JOJOBA OILS IN SKIN CARE APPLICATIONS [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // INTERNATIONAL JOURNAL OF COSMETIC SCIENCE. – 2022. – VOL. 44, № 1. – P. 1–9. – URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/34957578/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34957578/).
- 08 LEE C., PEI L., PARK H., KIM H., HUH C.S. SKIN PROTECTION EFFECTS OF LACTOBACILLUS PARAGASSERI HN910 LYSATE AND THE ROLE OF ALANINE [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС]. – 2025. – URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/40244537/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40244537/).
- 09 MOHAMMED D., CROWTHER J.M., MATTS P.J., HADGRAFT J., LANE M.E. INFLUENCE OF NIACINAMIDE CONTAINING FORMULATIONS ON THE MOLECULAR AND BIOPHYSICAL PROPERTIES OF THE STRATUM CORNEUM [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // INTERNATIONAL JOURNAL OF PHARMACEUTICS. – 2013. – VOL. 441, № 1-2. – P. 192–201. – URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/23220080/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23220080/).
- 10 RAWLINGS A.V., LOMBARD K.J. A REVIEW ON THE EXTENSIVE SKIN BENEFITS OF MINERAL OIL [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // INTERNATIONAL JOURNAL OF COSMETIC SCIENCE. – 2012. – VOL. 34, № 6. – P. 511–518. – URL: [HTTPS://ONLINELIBRARY.WILEY.COM/DOI/10.1111/J.1468-2494.2012.00752](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/J.1468-2494.2012.00752).



- 10 DAI X., MIZUKAMI Y., WATANABE K., TSUDA T., SHIDAHARA M., YOSHIDA S., YATSUZUKA K., SHIRAISHI K., MORI H., MURAKAMI M., KAWAKAMI R., IMAMURA T., FUJISAWA Y., MUTO J. TREHALOSE PREVENTS IL-4/IL-13-INDUCED SKIN BARRIER IMPAIRMENT BY SUPPRESSING IL-33 EXPRESSION AND INCREASING NRF2 ACTIVATION IN HUMAN KERATINOCYTES IN VITRO [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // JOURNAL OF INVESTIGATIVE DERMATOLOGY. – 2025. – VOL. 145, № 6. – P. 1422–1432.
– URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/39384017/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39384017/).
- 11 ENGBRETSSEN K.A., JOHANSEN J.D., KEZIC S., LINNEBERG A., THYSSEN J.P. THE EFFECT OF ENVIRONMENTAL HUMIDITY AND TEMPERATURE ON SKIN BARRIER FUNCTION AND DERMATITIS [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // JOURNAL OF THE EUROPEAN ACADEMY OF DERMATOLOGY AND VENEREOLOGY. – 2016. – VOL. 30, № 2. – P. 223–249.
– URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/26449379/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26449379/).
- 12 FIUME M.M., BERGFELD W.F., [...], ANDERSEN F.A. SAFETY ASSESSMENT OF PROPYLENE GLYCOL, TRIPROPYLENE GLYCOL, AND PPGS AS USED IN COSMETICS [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // INTERNATIONAL JOURNAL OF TOXICOLOGY. – 2012. – VOL. 31, № 5 SUPPL. – P. 245S–260S.
– URL: [HTTPS://JOURNALS.SAGEPUB.COM/DOI/10.1177/1091581812461381](https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1091581812461381).
- 13 CZARNOWICKI T., MALAJIAN D., KHATTRI S., CORREA DA ROSA J., DUTT R., FINNEY R., DHINGRA N., XIANGYU P., XU H., ESTRADA Y.D., ZHENG X., GILLEAUDEAU P., SULLIVAN-WHALEN M., SUARÉZ-FARIÑAS M., SHEMER A., KRUEGER J.G., GUTTMAN-YASSKY E. PETROLATUM: BARRIER REPAIR AND ANTIMICROBIAL RESPONSES UNDERLYING THIS “INERT” MOISTURIZER [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // JOURNAL OF ALLERGY AND CLINICAL IMMUNOLOGY. – 2016. – VOL. 137, № 4. – P. 1091–1102.E7.
– URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/26431582/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26431582/).
- 14 NAIR B., COSMETIC INGREDIENTS REVIEW EXPERT PANEL. FINAL REPORT ON THE SAFETY ASSESSMENT OF STEAROXY DIMETHICONE, DIMETHICONE, METHICONE, AMINO BISPROPYL DIMETHICONE, AMINOPROPYL DIMETHICONE, AMODIMETHICONE, AMODIMETHICONE HYDROXYSTEARATE, BEHENOXY DIMETHICONE, C24-28 ALKYL METHICONE, C30-45 ALKYL METHICONE, C30-45 ALKYL DIMETHICONE, CETEARYL METHICONE, CETYL DIMETHICONE, DIMETHOXYSILYL ETHYLENEDIAMINOPROPYL DIMETHICONE, HEXYL METHICONE, HYDROXY-PROPYLDIMETHICONE, STEARAMIDOPROPYL DIMETHICONE, STEARYL DIMETHICONE, STEARYL METHICONE, AND VINYLDIMETHICONE [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // INTERNATIONAL JOURNAL OF TOXICOLOGY. – 2003. – VOL. 22, № SUPPL. 2. – P. 11–35.
– URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/14555417/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14555417/).
- 15 HANSEN H.S., JENSEN B. ESSENTIAL FUNCTION OF LINOLEIC ACID ESTERIFIED IN ACYLGLUCOSYL CERAMIDE AND ACYL CERAMIDE IN MAINTAINING THE EPIDERMAL WATER PERMEABILITY BARRIER. EVIDENCE FROM FEEDING STUDIES WITH OLEATE, LINOLEATE, ARACHIDONATE, COLUMBINATE AND ALPHA-LINOLENATE [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // BIOCHIMICA ET BIOPHYSICA ACTA (BBA) - LIPIDS AND LIPID METABOLISM. – 1985. – VOL. 834, № 3. – P. 357–363.
– URL: [HTTPS://PUBMED.NCBI.NLM.NIH.GOV/3922424/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3922424/).
- 16 VAN HOOGEVEST P., FAHR A. PHOSPHOLIPIDS IN COSMETIC CARRIERS [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] // NANOCOSMETICS / EDS. J. CORNIER, C. KECK, M. VAN DE VOORDE. – CHAM : SPRINGER, 2019. – P. 95–140.
– URL: [HTTPS://LINK.SPRINGER.COM/CHAPTER/10.1007/978-3-030-16573-4_6](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-16573-4_6)

DON'T
TOUCH
MY
SKIN

КОМАНДА

АДЭЛЬ МИФТАХОВА
ЛУИЗА УМАЛАТОВА
ТЕОДОРА СТАНКОВИЧ
АНАСТАСИЯ БОКАРЕВА
АННА НЕМЦОВА