

Krásné opálení vyžaduje péči.

Stává se vám, že se vrátíte z dovolené se sloupanou kůží? Opalujete se nestejněměrně? Začněte se o svou kůži starat včas. V den kdy jdete na pláž už je obvykle pozdě. Doporučuji alespoň čtrnáct dnů předem si pravidelně provádět peeling těla a ošetření vysoce hydratujícími přípravky.

V den kdy jdete na pláž, natřete půl hodiny předem celé tělo a to i pod plavky. Pamatujte, že: Normální, nechráněná kůže zčervená s intenzivním slunečním zářením asi po 10 minutách. Díky SPF 15 je délka ochrany 15 krát delší. 10 minut 15LSF x = 150 minut (2,5 hodiny) ochrana proti UV záření. Vhodné je obzvláště v prvních dvou dnech vynechat opalování na intenzivním poledním slunci.

