

# Pleť a sluneční péče



**Ochrana před sluncem  
pro všechny typy pleti**

Dr. med. Christine  
**SCHRAMMEK**

[derma.cosmetics](http://derma.cosmetics)

SÍLA MEDICÍNSKÉ KRÁSY

# Vítej slunce!

S nástupem léta si často klademe otázku ohledně optimální péče o pokožku.

Jaká konzistence krému je příjemná při vysokých teplotách? Jak mohu správně pečovat o pokožku v létě? Jak mohu chránit svoji pokožku před sluncem nejen na obličeji, ale i na těle? Musím dělat kompromisy mezi péčí o pokožku a ochranou před sluncem?

Jako dermatologům je ochrana vaší pokožky obzvláště blízká našim srdcím. Objevte své produkty se sluneční ochranou, dokonale přizpůsobené vašim osobním potřebám pleti.

*Dr. med. Christine Schrammek-Drusio*  
**Dr. med. Christine Schrammek-Drusio**  
dermatoložka/ alergoložka  
a expertka na anti-aging

*Christina Drusio*  
**Christina Drusio**  
dermatoložka a veneroložka



## Solar+ Protect Fluid | SPF 50+ Intenzivní koncept UV ochrany



- inovativní “on top” produkt, je aplikován podle potřeby až po nanesení běžné péče
- ochranný sluneční faktor 50+ (UVA a UVB ochrana)
- chrání pleť před poškozením způsobeným UV zářením
- velmi lehká textura, která se rychle vstřebává
- snášenlivost pleti dermatologicky potvrzena
- bez parfémů a barviv

balení 50 ml  
s dávkovací pumpičkou



## Body Sun Lotion | SPF 50+

### Voděodolné mléko na opalování s UVA/UVB ochranou

- velmi vysoká ochrana UVA a UVB
- voděodolné
- dlouhotrvající 24-hodinová hydratace pokožky
- pomáhá chránit před předčasným stárnutím pokožky způsobeným světlem
- nezanechává mastný pocit, matuje
- vhodný pro všechny typy pleti

balení 200 ml



## Body After Sun

### Osvěžující mléko po opalování

- osvěžuje a ochlazuje stresovanou a zarudlou pokožku
- pomáhá zmírnit zarudnutí a pocit tepla
- osvědčené složky jako panthenol, mořská sůl a bisabolol dodávají pokožce hydrataci a okamžitý komfort
- zanechává příjemný a nemastný pocit
- účinná péče poskytuje dlouhotrvající a rovnoměrné opálení

balení 200 ml



## Sensiderm Sun Cream | SPF 50+

### Intenzivní UV ochrana pro citlivou pleť

- vysoká ochrana 50+ (proti UVA a UVB záření)
- chrání pleť před poškozením způsobeným UV zářením
- rychle se vstřebává a nezanechává lepivý pocit na pokožce
- snášenlivost pleti dermatologicky potvrzena
- bez parfému a barviv

balení 75 ml

## Optimální ochrana

Kromě našich produktů s ochranným faktorem SPF 50+ jsou v nabídce Dr. med. Christine Schrammek derma.cosmetics další skvělé produkty denní péče s ochranným faktorem před slunečními paprsky.



### **BB Perfect Beauty Fluid SPF 15**

Make-up, péče, efekt soft focus & ochrana před sluncem v jednom produktu.

BB Perfect Beauty Fluids pro suchou pleť zaručuje dokonalý vzhled pleti díky svým barevným pigmentům.

### **Optimum Protection Cream SPF 30**

Multi-aktivní ochranný a péšticí krém pro všechny typy pleti. Intenzivně hydratuje, zklidňuje, zjemňuje póry a spolehlivě chrání před UVA a UVB zářením.

### **Global Defense Cream SPF 20**

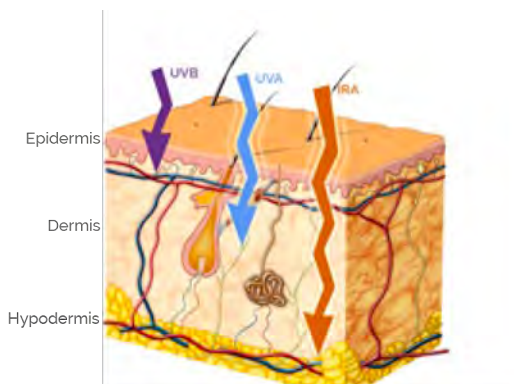
Denní péče pro ochranu a obnovu buněk. Má preventivní a aktivní účinek proti stárnutí pleti způsobeným světlem. Pomáhá chránit před poškozením infračerveným a UV zářením.

### **Daily Hydra Maximum SPF 20**

Lehká denní péče s intenzivně hydratačním, vitalizujícím a osvěžujícím komplexem účinných látek. Ideální jako báze pod make-up nebo jako péče pro muže!

### **Mela White Day Cream SPF 20**

Zklidňující hydratační krém pro jemné vyvážení barevných nerovností pleti, jehož výsledkem je harmonický a rovnoměrný vzhled pleti.



#### Obecně:

- < SPF 10 nízký
- SPF 15-25 střední
- SPF 30-50 vysoký
- SPF 50+ velmi vysoký

## Co znamená?

### SPF:

Zkratka pro sluneční ochranný faktor. Ochranný sluneční faktor udává stupeň ochrany před slunečním UV zářením. SPF určuje, jak dlouho je pokožka chráněna, tzn. jak dlouho můžete zůstat na slunci, aniž byste se spálili.

### UVA/UVB:

Sluneční záření se dělí na ultrafialové záření (UV), infračervené záření (IR) a viditelné světlo. UVA paprsky mohou pronikat do pokožky (dermis) a podporovat vnější stárnutí kůže (fotostárnutí). Ve vysokých dávkách mohou vyvolat lehké alergie a spáleniny od slunce.

UVB paprsky naopak pronikají do svrchní kůže, jsou zodpovědné za ztlustění zrohovatělé kůže a vznik opálení. UVA a UVB paprsky jsou také zodpovědné za spálení a mohou způsobit rakovinu kůže.

### Infračervené záření (IR):

Infračervené paprsky se 45 % tvoří největší část slunečního spektra. Jeho krátkovlnná část, infračervené záření A (IR-A), proniká velmi hluboko do pokožky – mnohem hlouběji než UVA/UVB záření. Tam útočí na mitochondrie, které vytváří buněčnou energii. V důsledku toho se tvoří škodlivé formy kyslíku (ROS), které mají stejné účinky jako volné radikály a redukuje například kolagen, což má za následek předčasné stárnutí pokožky.

## Jaký je můj typ pleti?

Keltský typ	Severský typ	Smíšený typ	Středozevní typ	Tmavý typ	Černý typ
Barva pleti velmi světlá, pihy	Barva pleti světlá, časté pihy	Barva pleti střední	Barva pleti opálená s olivovým podtónem	Barva pleti hnědá	Barva pleti tmavě hnědá až černá
Barva vlasů světlá blond, zrzavé	Barva vlasů blond, světle hnědé	Barva vlasů blond, hnědé, tmavě hnědé	Barva vlasů tmavě hnědé, černé	Barva vlasů černé	Barva vlasů černé
Barva očí modré, zelené, šedé	Barva očí modré, zelené, šedé	Barva očí modré, zelené, šedé, hnědé	Barva očí hnědé, zelenohnědé	Barva očí hnědé	Barva očí tmavě hnědé
Reakce pokožky na slunce neopaluje se, pouze se objeví pihy	Reakce pokožky na slunce opálí se minimálně	Reakce pokožky na slunce pomalé opálení do světle hnědé barvy	Reakce pokožky na slunce rychlé opálení do středně hnědé barvy	Reakce pokožky na slunce rychlé opálení do tmavě hnědé barvy	Reakce pokožky na slunce těžko, bez viditelných změn
Doba sebeochrany <10 minut	Doba sebeochrany 10 - 20 minut	Doba sebeochrany 20 - 30 minut	Doba sebeochrany >30 minut	Doba sebeochrany >60 minut	Doba sebeochrany >90 minut
Dr. med. Schrammek doporučuje: <b>běžně:</b> SPF 30 - 50 <b>při opalování:</b> SPF 50+	Dr. med. Schrammek doporučuje: <b>běžně:</b> SPF 20 - 30 <b>při opalování:</b> SPF 30 - 50	Dr. med. Schrammek doporučuje: <b>běžně:</b> SPF 20 <b>při opalování:</b> SPF 20 - 30	Dr. med. Schrammek doporučuje: <b>běžně:</b> SPF 15 <b>při opalování:</b> SPF 20	Dr. med. Schrammek doporučuje: SPF 15	Dr. med. Schrammek doporučuje: SPF 15

**TIP:** Vysoká UV ochrana je důležitá pro ochranu buněk všech typů pleti a zpomalení procesu stárnutí pleti. Tmavší typy pleti se mohou spálit méně často, ale i tak je důležité používat vysoký stupeň ochrany před sluncem, aby se zabránilo předčasnému stárnutí pleti.

Dr. med. Christine  
**SCHRAMMEK**

[derma.cosmetics](http://derma.cosmetics)

SÍLA MEDICÍNSKÉ KRÁSY

Dr. med. Christine Schrammek Kosmetik GmbH & Co. KG

Distributor: Flair 4 You s.r.o.

e-mail: [schrammek@flair4you.cz](mailto:schrammek@flair4you.cz)

tel: 775 775 156  [schrammekczech](https://www.instagram.com/schrammekczech)