Základní čištění kůže

Michal Daněk · 2026-08-02

Základní čištění kůže

Základní čištění pleti je prvním a nejdůležitějším krokem péče o pleť, protože odstraňuje nečistoty, přebytečný maz a zbytky make-upu, které by jinak ucpaly póry. Často se používají jemné gely nebo pěny, které neodstraňují přirozenou ochrannou bariéru kůže, a poté tonikum pro obnovení pH. Pravidelné a správné čištění pomáhá zlepšit absorpci dalších produktů, jako jsou sérum nebo krémy, takže celkový účinek péče o pleť je výrazně lepší. Při citlivé kůži je vhodné zvolit hypoalergenní produkty bez parfémů a agresivních tenzidů, aby se zabránilo podráždění. Doporučuje se čistit pokožku ráno a večer, vždy jemnými pohyby, bez přílišného tření nebo tažení.

Dvojité čištění

Dvojité čištění je technika, která kombinuje čištění olejem nebo balzámem s následným čištěním gelem nebo pěnou a jejím cílem je důkladně, ale jemně odstranit jak make-up a UV ochranu, tak zbytky potu a masti. První krok, čištění olejem, rozpouští lipofilní nečistoty a pomáhá zmírnit vrásky make-upu bez agresivního tření, což je prospěšné při odstraňování vodotěsných dekorativních kosmetik. Druhý krok pak čistí pokožku od zbytkových nečistot a současně zajišťuje pocit svěžesti bez zbytků masti. Tato metoda je obzvláště oceňována lidmi s větší citlivostí kůže nebo nositeli make-upu, ale i suchá pokožka může mít prospěch z různých variant s hydratačními složkami. Výsledek je čistý, nevětraný.

Exfoliace mechanické a chemické peeling

Exfoliace je proces odstraňování mrtvých kožních buněk z povrchu kůže pomocí mechanických částic nebo chemikálií, jako jsou AHA a BHA, čímž se podporuje obnovení a sjednocení struktury kůže.

Enzymové čištění

Enzymové čištění používá rostlinné nebo biologicky aktivní enzymy (jako je papaja nebo ananas), které jemně rozpouštějí vazby mezi mrtvými buňkami bez hrubého tření, a je proto populární u citlivé a reaktivní pokožky. Tento typ čištění působí pomalu a jemně, často ve formě masky nebo krému, a po aplikaci zůstává pokožka hladší a jasnější bez známek podráždění, které mohou způsobit mechanické peelingy.

Mikrodermabraze

Mikrodermabraze je profesionální postup, který mechanicky odstraňuje povrchovou vrstvu kůže pomocí jemných krystalů nebo diamantových rostlin, čímž stimuluje regeneraci, zlepšuje strukturu

a snižuje jemné jizvy a pigmentové nerovnosti. Léčba se obvykle provádí kvalifikovaným kosmetikem a může být bezpečně kombinována s jinými postupy, přičemž počet opakování závisí na cílech klienta a reakci kůže. Po mikrodermabrazi je kůže často červená a citlivá, takže je nutné používat uklidňující a hydratační přípravky a konzistentní fotoprotekce. Výsledky se objevují postupně kůže se stává hladší, svěží a lépe přijímá aktivní látky z následné péče. Před podstoupením mikrodermabraze je vhodné poradit se se se specialistou, pokud existují specifické kožní onemocnění nebo

Hydrafaciální čištění a hloubkové čištění

Hydrafacial je moderní zákrok kombinující čištění, exfoliaci, extrakci, hydrataci a infuzi zvlhčujícího séra, které obnovují jas kůže bez dlouhého zotavení, a proto se často vybírá pro rychlé a viditelné zlepšení. Během léčby se speciální zařízení jemně odstraňuje mrtvé buňky a poté pod tlakem provádí hluboké čištění pórů, čímž se minimalizují mechanické škrábance a podráždění. Závěrem se na kůži aplikuje koktejl zvlhčujících a regeneračních látek, který pokožku uklidňuje, posiluje bariéru a poskytuje okamžitý zář k zdraví. Hydrafacial je vhodný pro většinu typů kůže, včetně citlivých, ale ideální léčebný plán by měl být stanoven odborníkem podle individuálních potřeb.

Zobrazit na webu