

CİLT *BAKIMI* REHBERİ

Doğal formu koruyan, güvenli ve sürdürülebilir bakım için kapsamlı yol haritası.

Bakım yol haritası

01	Cildi Tanımak	04
02	Cilt Tipini Belirlemek	05
03	Cilt Bariyeri	06
04	Sabah Bakım Rutini	07
05	Akşam Bakım Rutini	08
06	Doğru Temizleme	09
07	Çift Aşamalı Temizlik	10
08	Nemlendirici Seçimi	11
09	Güneş Koruyucu Kullanımı	12
10	Tonik Gerçekleri	13
11	Serumları Doğru Sıralamak	14
12	Peeling ve Eksfoliasyon	15
13	Hassas Cilt Bakımı	16
14	Kuru Cilt Bakımı	17
15	Yağlı Cilt Bakımı	18
16	Karma Cilt Bakımı	19
17	Akne Eğilimli Cilt	20
18	Siyah Nokta Bakımı	21

Bakım yol haritası

19	Leke Görünümü	22
20	Göz Çevresi Bakımı	23
21	Dudak Bakımı	24
22	Maske Kullanımı	25
23	Retinoidleri Tanımak	26
24	C Vitamini Kullanımı	27
25	Niasinamid Kullanımı	28
26	Hyalüronik Asit	29
27	AHA ve BHA Farkı	30
28	Ürün Etiketi Okuma	31
29	Yeni Ürün Testi	32
30	Mevsimsel Cilt Bakımı	33
31	Profesyonel Cilt Bakımı	34
32	Uzman Seçimi	35
33	Sık Yapılan 10 Hata	36
34	30 Günlük Cilt Programı	37
35	Hızlı Kontrol Listesi	38
36	Sık Sorulan Sorular	39

Cildi Tanımak

İyi bir rutin, cildin ihtiyaçlarını gözlemlemekle başlar.

1

Cildi Tanımak konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Cilt Tipini Belirlemek

Cilt Tipini Belirlemek, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Cilt tipi genellikle kuru, yağlı, karma veya normal eğilimle anlatılır; hassasiyet ise her cilt tipine eşlik edebilir.

2

Yüzü nazıkçe temizledikten sonra ürün sürmeden bir süre gözlemleyin; gerginlik, parlama ve kuruluk bölgelerini not edin.

3

Mevsim, hormonlar, yaş ve kullanılan ürünler cildin güncel durumunu değiştirebilir; tek bir etikete bağlı kalmayın.

4

Kalıcı kızarıklık, pullanma veya sivilce benzeri döküntüler varsa doğru değerlendirme için dermatoloğa danışın.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazık ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Cilt Bariyeri

Sağlıklı görünümün temeli güçlü ve dengeli bir cilt bariyeridir.

1

Cilt bariyeri su kaybını azaltır ve dış etkenlere karşı koruma sağlar; sert temizlik ve aşırı peeling bariyeri zayıflatabilir.

2

Gerginlik, batma, pullanma ve ürünlere beklenmedik hassasiyet bariyer zorlanmasının işaretleri olabilir.

3

Nazik temizleyici, uygun nemlendirici ve gündüz güneş koruyucu içeren sade rutin toparlanmayı destekler.

4

Tahrişli dönemde yeni aktifleri üst üste eklemek yerine rutini sadeleştirin ve belirtiler sürerse uzman görüşü alın.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Sabah Bakım Rutini

Sabah Bakım Rutini, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Sabah Bakım Rutini konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Akşam Bakım Rutini

Akşam Bakım Rutini, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Akşam Bakım Rutini konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Doğru Temizleme

Doğru Temizleme, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Yüzü sabah ve akşam, ayrıca yoğun terleme sonrasında cildi germeyen nazik bir temizleyiciyle yıkayın.

2

Çok sıcak su ve sert kese yerine ılık su ve parmak uçları kullanın; havluyla tampon hareketlerle kurulayın.

3

Temizleme sonrası uzun süren gerginlik ürünün fazla güçlü olduğuna işaret edebilir.

4

Makyaj ve güneş koruyucu kalıntısını temizleyin; ancak “gıcır gıcır” his için cildi tekrar tekrar yıkamayın.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Çift Aşamalı Temizlik

Çift Aşamalı Temizlik, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

- 1 Çift Aşamalı Temizlik konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.
- 2 Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.
- 3 Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.
- 4 Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Nemlendirici Seçimi

Nemlendirici Seçimi, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

- 1 Nemlendirici Seçimi konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.
- 2 Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.
- 3 Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.
- 4 Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Güneş Koruyucu Kullanımı

Güneş Koruyucu Kullanımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Geniş spektrumlu, en az SPF 30 güneş koruyucuyu açıkta kalan bölgelere yeterli miktarda uygulayın.

2

Dışarı çıkmadan önce sürün; terleme, yüzme ve uzun süreli dış ortamda ürün etiketindeki yenileme talimatına uyun.

3

Makyaj içindeki SPF çoğu zaman tek başına yeterli miktarı sağlamaz; ayrı bir güneş koruyucu daha güvenilir bir temel oluşturur.

4

Gölge, şapka ve uygun kıyafet de güneşten korunmanın parçasıdır; tek bir ürüne güvenmeyin.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Tonik Gerçekleri

Tonik Gerçekleri, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Tonik Gerçekleri konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Serumları Doğru Sıralamak

Serumları Doğru Sıralamak, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

- 1 Serumları Doğru Sıralamak konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.
- 2 Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.
- 3 Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.
- 4 Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Peeling ve Eksfoliasyon

Peeling ve Eksfoliasyon, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Fiziksel ve kimyasal peeling aynı amaca farklı yollarla yaklaşır; ikisini sık ve birlikte kullanmak tahrişi artırabilir.

2

Düşük sıklıkla başlayın, ürün talimatını izleyin ve aynı gece birden fazla güçlü aktifi üst üste kullanmayın.

3

Aktif kızarıklık, yara veya güneş yanığı varken peeling yapmayın.

4

Yanma ve soyulmayı ürünün işe yaradığına dair bir kanıt olarak görmeyin; belirgin tahrişte kullanımı bırakın.

KİRPİK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Hassas Cilt Bakımı

Hassas Cilt Bakımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Hassas Cilt Bakımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Kuru Cilt Bakımı

Kuru Cilt Bakımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Kuru Cilt Bakımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Yağlı Cilt Bakımı

Yağlı Cilt Bakımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Yağlı Cilt Bakımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Karma Cilt Bakımı

Karma Cilt Bakımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Karma Cilt Bakımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Akne Eğilimli Cilt

Akne Eğilimli Cilt, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Akne Eğilimli Cilt konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Siyah Nokta Bakımı

Siyah Nokta Bakımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Siyah Nokta Bakımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Leke Görünümü

Leke Görünümü, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Leke Görünümü konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Göz Çevresi Bakımı

Göz Çevresi Bakımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Göz Çevresi Bakımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Dudak Bakımı

Dudak Bakımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Dudak Bakımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Maske Kullanımı

Maske Kullanımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Maske Kullanımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Retinoidleri Tanımak

Retinoidleri Tanımak, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Retinoidleri Tanımak konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

C Vitamini Kullanımı

C Vitamini Kullanımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

C Vitamini Kullanımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Niasinamid Kullanımı

Niasinamid Kullanımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

- 1 Niasinamid Kullanımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.
- 2 Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.
- 3 Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.
- 4 Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Hyalüronik Asit

Hyalüronik Asit, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Hyalüronik Asit konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

AHA ve BHA Farkı

AHA ve BHA Farkı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

AHA ve BHA Farkı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Ürün Etiketi Okuma

Ürün Etiketi Okuma, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

- 1 Ürün Etiketi Okuma konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.
- 2 Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.
- 3 Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.
- 4 Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Yeni Ürün Testi

Yeni Ürün Testi, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

- 1 Yeni Ürün Testi konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.
- 2 Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.
- 3 Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.
- 4 Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Mevsimsel Cilt Bakımı

Mevsimsel Cilt Bakımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Mevsimsel Cilt Bakımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Profesyonel Cilt Bakımı

Profesyonel Cilt Bakımı, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Profesyonel Cilt Bakımı konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Uzman Seçimi

Uzman Seçimi, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

- 1 Uzman Seçimi konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.
- 2 Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.
- 3 Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.
- 4 Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Sık Yapılan 10 Hata

Sık Yapılan 10 Hata, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Sık Yapılan 10 Hata konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçının.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

30 Günlük Cilt Programı

Az ürünle ilerleyen, takip edilebilir bir aylık bakım planı.

1

1-7. gün: Nazik temizleyici, nemlendirici ve gündüz güneş koruyucudan oluşan sade bir temel kurun.

2

8-14. gün: Cildin gerginlik, parlama ve hassasiyet durumunu not edin; yeni ürün eklemeyin.

3

15-21. gün: İhtiyaç varsa yalnızca tek bir hedef ürün ekleyin ve kullanım sıklığını düşük tutun.

4

22-30. gün: Aynı ışıktaki fotoğraf çekin, toleransı değerlendirin ve kalıcı sorunlarda dermatoloji randevusu planlayın.



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Hızlı Kontrol Listesi

Hızlı Kontrol Listesi, dengeli ve sürdürülebilir bakımın önemli bir parçasıdır.

1

Cildimde aktif yara, yoğun kızarıklık, şişlik veya güneş yanığı var mı?

2

Kullanacağım ürünün içeriği, son kullanma süresi ve uygulama talimatı okunuyor mu?

3

Bugün başka güçlü aktifler kullandım mı; bu ürünü eklemek tahriş riskini artırır mı?

4

Gündüz rutinimi yeterli güneş korumasıyla tamamladım mı?



BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

Sık Sorulan Sorular

Cilt bakımı hakkında en çok merak edilenlere kısa yanıtlar.

1

Sık Sorulan Sorular konusunda ilk hedef cildi hızlıca değiştirmek değil; bariyeri koruyan, düzenli ve cildin tolere ettiği bir yaklaşım oluşturmaktır.

2

Ürünleri temiz ellerle uygulayın, ambalaj talimatına uyun ve aynı anda çok sayıda aktif içerik eklemekten kaçınin.

3

Yeni ürünü küçük bir bölgede deneyin. Yanma, kalıcı kızarıklık, şişme veya yoğun kaşıntı oluşursa kullanımı bırakın.

4

Ağrılı, hızla yayılan ya da iz bırakma riski taşıyan sorunlarda evde denemelerle zaman kaybetmeden dermatoloğa başvurun.

KIRPIK KAŞ · STUDIO

BUGÜNÜN NOTU

Cilt bakımında küçük, nazik ve düzenli adımlar; hızlı ve agresif müdahalelerden daha değerlidir.

KAYNAKLAR VE GÜVENLİK NOTU

- 01 American Academy of Dermatology: Temel cilt bakımı, akne, hassas cilt ve güneşten korunma önerileri.
- 02 U.S. Food and Drug Administration: Güneş koruyucu ürünler, kozmetik etiketleme ve ürün güvenliği bilgileri.
- 03 Bu rehber genel bilgilendirme ve kozmetik bakım eğitimi içindir; tanı veya tedavi yerine geçmez.
- 04 Hızla yayılan döküntü, kalıcı kızarıklık, şişme, ağrı, akıntı veya ciddi alerji belirtisinde sağlık uzmanına başvurun.
- 05 Ürün ve profesyonel işlem talimatları kişiye özeldir. Kullandığınız ilaçları ve geçmiş reaksiyonları uygulayıcıya eksiksiz bildirin.

Hazırlayan: Kirpik Kaş Beauty Studio