

РЕТИНОЛ В УХОДЕ ЗА КОЖЕЙ

ОГЛАВЛЕНИЕ:

•	виды ретинола	2
•	введение ретиноидов в свой уход	7
•	как повышать концентрацию ретиноидов?	10
•	сочетаемость ретинола с другими активами	12
•	с чем нельзя сочетать?	15
•	<i>ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ</i>	17
•	примеры комплексов с ретинолом по типам кожи	19

*СЕЙЧАС НА РЫНКЕ ТАК МНОГО РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ
РЕТИНОЛА И ТАК МАЛО ДОСТОВЕРНОЙ ИНФОРМАЦИИ,
О ТОМ,*

→ что будет действительно эффективным

→ что только повысит чувствительность кожи

ВИДЫ РЕТИНОЛА

В данном пособии мы будем рассматривать исключительно *косметические ретиноиды*, которые не относятся к фармацевтическим препаратам.

Форма ретиноидов	Эффективность	Риск раздражения кожи	Особенности
Ретиноевая кислота	Максимальная	Высокий	Используется в фармацевтических компаниях
Ретинальдегид	В 11 раз эффективнее ретинола	Высокий	Менее раздражает, чем ретиноевая кислота, но всё равно может вызывать дискомфорт
Ретинол	Средняя эффективность	Средний	Широко используется в косметике, менее раздражает, чем ретинальдегид
Ретинил пальмитат	Низкая эффективность	Низкий	Наиболее щадящая форма ретиноидов
Гидроксипи-наколон ретиноат	В 2 раза эффективнее, чем ретинальдегид и в 22 раза эффективнее ретинола	Минимальный	Новая форма ретиноида четвёртого поколения, самый быстродействующий ретиноид на рынке

«Ретинальдегид слабо раздражает кожу!» — говорят те, кто не разбирается в химии веществ.

НЕМНОГО ТЕОРИИ:

Самая активная форма ретиноидов — ретиноевая кислота, которая используется в фармацевтических компаниях: эффект максимальный, действие быстрое, но и раздражение довольно сильное.

Со временем было разработано множество новых форм ретиноидов, чтобы найти эффективное, но менее раздражающее кожу вещество.

В косметической химии всё устроено так:



Чем ближе компонент к ретиноевой кислоте в процессе метаболизма клеток

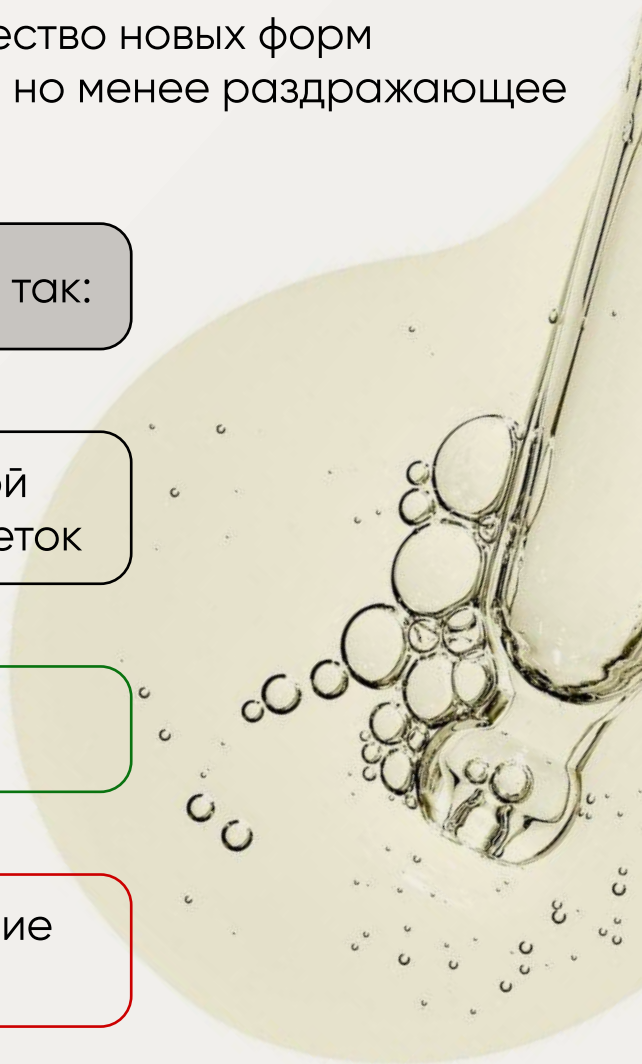


Тем он активнее

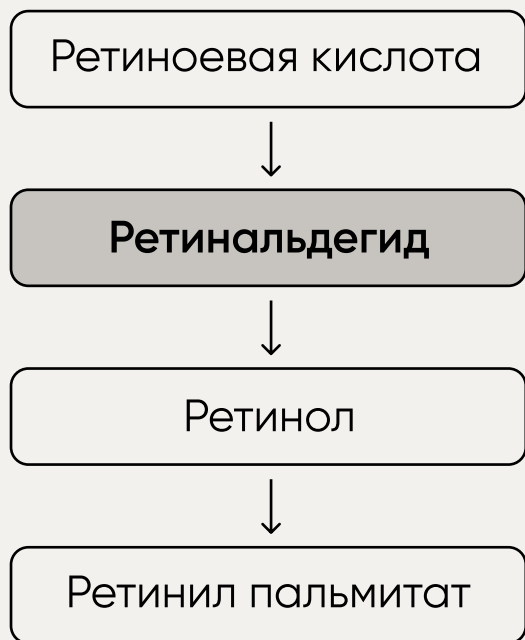


Но и его раздражающее воздействие на кожу сильнее

Ретинальдегид

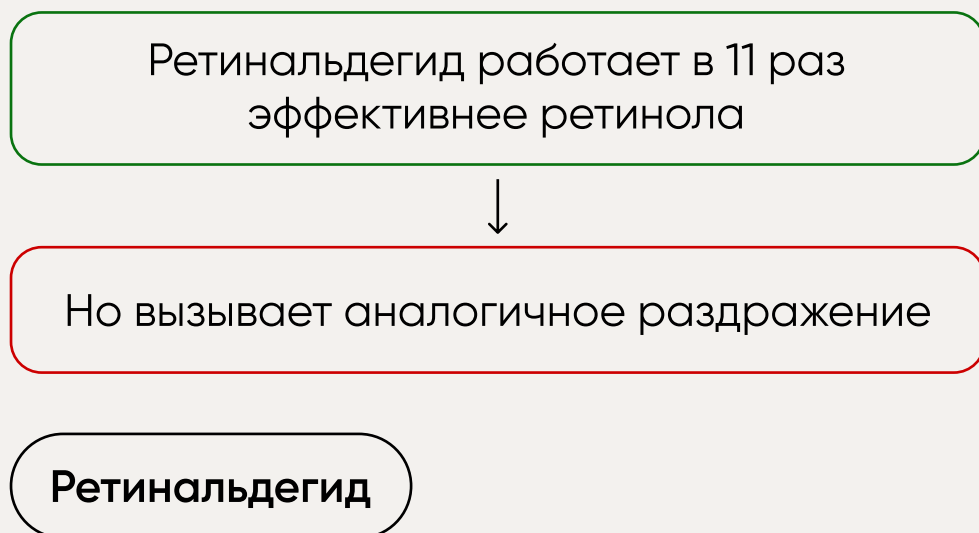


НАГЛЯДНАЯ СХЕМА:



Можно сделать вывод, что **ретинальдегид не будет меньше раздражать кожу**, чем ретинол — это невозможно, поскольку он находится даже ближе к ретиноевой кислоте, чем ретинол.

! ВЫВОД:



2

ГИДРОКСИПИНАКОЛОН РЕТИНОАТ

А что же за форма ретиноида «гидроксипинаколон ретиноат»?!

НОВАЯ ФОРМА РЕТИНОИДА ЧЕТВЁРТОГО ПОКОЛЕНИЯ, которая недавно появилась на рынке и уже стала настоящей звездой среди ретиноидов. Почему?

Она работает даже эффективнее ретинальдегида



Но при этом оказывает минимальное раздражающее воздействие на кожу

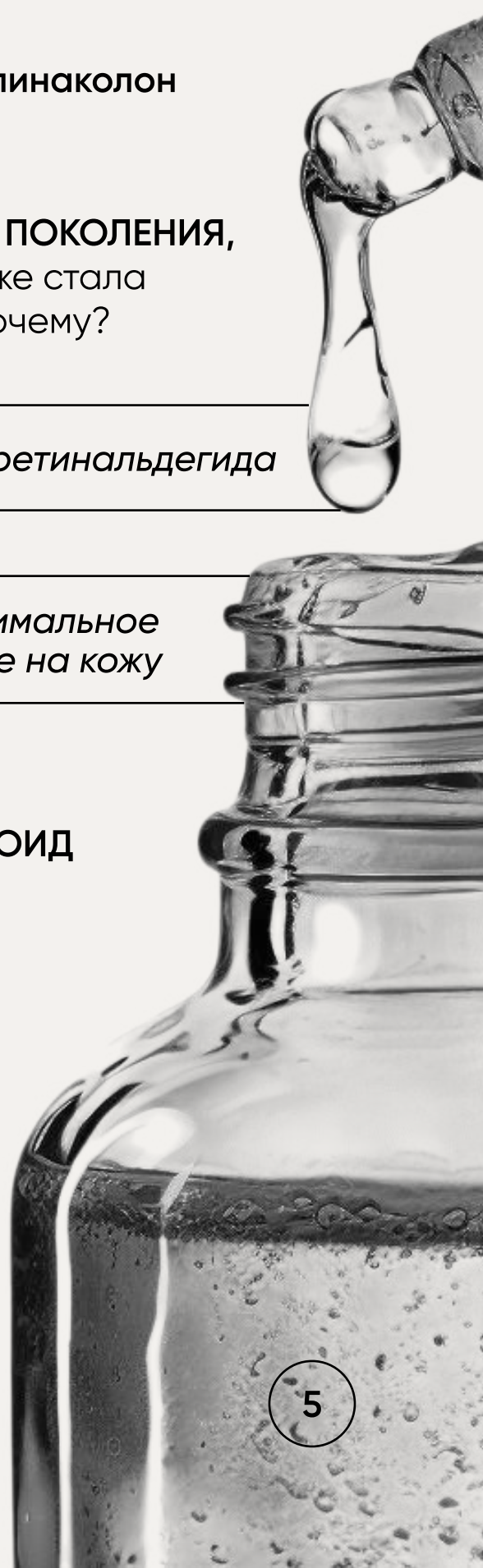
!

**ГЛАВНЫЙ ПЛЮС – ЭТО САМЫЙ
БЫСТРОДЕЙСТВУЮЩИЙ РЕТИНОИД
НА РЫНКЕ.**

Он достаточно концентрированный, и его рабочая дозировка в косметике составляет от 0,01% до 0,1%.

Гидроксипинаколон ретиноат

5



АКТИВНОЕ ДЕЙСТВИЕ:

- против акне
- против морщин
- против пигментации

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ДЕЙСТВИЕ:

- выравнивает тон кожи
- уменьшает жирность
- заставляет кожу сиять изнутри

[1] крем для лица с ретинолом 150 ppm

[2] крем для лица с ретинолом 300 ppm

[3] крем для лица с ретинолом 500 ppm



*скоро в наличии



4 790₽

ЗАКАЗАТЬ



*скоро в наличии

Гидроксипинаколон ретиноат

6

ВВЕДЕНИЕ РЕТИНОИДОВ В СВОЙ УХОД



ВВОДИТЬ ЛЮБОЙ ТИП
РЕТИНОЛА НЕОБХОДИМО
С НИЗКИХ КОНЦЕНТРАЦИЙ:



- ретинол 0,2-0,3%
- ретинол в липосомах 2-3%
- ретинальдегид
0,02-0,03% / 200-300 ppm
- гидроксипинаколон ретиноат
0,02-0,03% / 200-300 ppm



ОБЩИЕ ПРАВИЛА ВВЕДЕНИЯ РЕТИНОЛА:

1

РЕТИНОЛ НАНОСИТСЯ 1 РАЗ В ДЕНЬ НА НОЧЬ

преимущественно сразу после тоника, пропуская этап сыворотки

2

ЕСЛИ ВАША КОЖА СУХАЯ, используйте такой порядок:

- ТОНИК
- увлажняющая сыворотка
- ретинол
- увлажняющий крем (через 10 минут)

КАЛЕНДАРЬ ВВЕДЕНИЯ РЕТИНОЛА:

Первая неделя

▶ каждый третий день

Вторая и третья неделя

▶ через день

Четвёртая и пятая неделя

▶ каждый день

КАК ПОВЫШАТЬ КОНЦЕНТРАЦИЮ РЕТИНОИДОВ?

СМЕНА ДОЗИРОВКИ НА БОЛЕЕ ВЫСОКУЮ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ПОСТЕПЕННО

- *цикл введения, описанный выше, повторяется*
- дозировка повышается *плавно*
- *достигать верхней границы дозировки ретинола в уходе вовсе не обязательно*

ЕСЛИ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РЕТИНОЛА ВЫ НАБЛЮДАЕТЕ:

- раздражение
- покраснение кожи
- шелушение и сухость

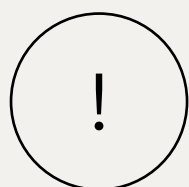


НЕОБХОДИМО ОТМЕНИТЬ ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВА ДО ПОЛНОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ КОЖИ, А ДАЛЕЕ ВВОДИТЬ СРЕДСТВО БОЛЕЕ АККУРАТНО.

**ВСЕГДА ПОМНИТЕ: ЧЕМ АКТИВНЕЕ КОМПОНЕНТ,
ТЕМ АГРЕССИВНЕЕ ОН БУДЕТ ВОЗДЕЙСТВОВАТЬ НА КОЖУ.**

Любой активный компонент может вызвать синдром обострения — и это нормально.

*Обычно обострение длится от 2 до 8 недель,
в этот период могут возникать воспаления
и выходить закрытые комедоны.*



ВАЖНО!

- **Средство не следует отменять при появлении акне.**
- Однако если при нанесении уходовых средств на кожу вы ощущаете жжение, необходимо прекратить использование ретинола и восстановить барьер кожи.

ПОСОБИЕ: 2 ПРОСТЫХ ДЕЙСТВИЯ
ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ БАРЬЕРА КОЖИ



*Дочитайте пособие до конца,
чтобы ознакомиться с противопоказаниями!

Важно

11



СОЧЕТАЕМОСТЬ РЕТИНОЛА С ДРУГИМИ АКТИВАМИ

Ретинол хорошо взаимодействует с рядом активных компонентов, **которые усиливают его эффект**, способствуя улучшению состояния кожи и борьбе с несовершенствами.

КОМПОНЕНТЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО СОЧЕТАТЬ С РЕТИНОЛОМ:

- пептиды
- микроиглы
- гиалуроновая кислота
- аминокислоты
- ниацинамид до 1-2%
- витамин С в низких дозировках
- транексамовая кислота
- азелаиновая кислота в низких дозировках
- биотики
- арбутин

СЧИТАЕТСЯ, ЧТО КОМПЛЕКСНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТАКИХ КОМПОНЕНТОВ, КАК:



ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ СУПЕР УСИЛЕННУЮ ФОРМУЛУ
для борьбы с различными несовершенствами кожи
(кроме кожных заболеваний).

СУПЕР УСИЛЕННАЯ ФОРМУЛА ДЛЯ БОРЬБЫ С РАЗЛИЧНЫМИ НЕСОВЕРШЕНСТВАМИ КОЖИ



Пептидный крем
для лица

*скоро в наличии



Микроигольчатый крем
для лица 5000 ppm

4 500₽

ЗАКАЗАТЬ



Крем для лица
с ретинолом 150 ppm

*скоро в наличии



Крем для лица
с ретинолом 300 ppm

4 790₽

ЗАКАЗАТЬ



Крем для лица
с ретинолом 500 ppm

*скоро в наличии

Продукты

14





С ЧЕМ НЕЛЬЗЯ СОЧЕТАТЬ РЕТИНОЛ?

ПРОТИВОПОКАЗАНО К СОЧЕТАНИЮ:

- кислоты (все, кроме описанных выше)
- ниацинамид свыше 2%
- витамин С в высоких дозировках
- любые виды пилингов
- энзимные пудры

С чем нельзя сочетать ретинол?





ЕСЛИ ПРЕНЕБРЕЧЬ РЕКОМЕНДАЦИЯМИ

В лучшем случае, вы получите раздражение кожи и повышенную чувствительность.

А в худшем — нарушение микробиома и развитие периорального дерматита.

*РЕТИНОЛ – МОЩНОЕ СРЕДСТВО,
НО ИМ НУЖНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ
С УМОМ И СОБЛЮДАТЬ ДОЗИРОВКУ.*



ВАЖНО ВСЕГДА ПОМНИТЬ

При использовании сильных активных компонентов необходимо постоянно поддерживать барьерную функцию кожи!

Если пренебречь рекомендациями



ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Чувствительность кожи (жжение при нанесении разных средств)
Шелушения
Дерматит/псориаз/розацеа и другие кожные заболевания
Планирование беременности (за полгода до зачатия необходимо прекратить использование ретинола)
Наличие беременности
Грудное вскармливание
Возраст до 16 лет

Противопоказания к применению



ВАЖНО!!!

1. Во время использования ретиноидов и в течение двух месяцев после их применения **противопоказано посещение солярия и загар на солнце!**
2. Все формы ретинола повышают чувствительность кожи к солнечному свету, что может привести к гиперпигментации.
3. Если вы используете ретинол **в период с апреля по ноябрь, обязательно применяйте SPF 30/50.**



ПРОДУКТЫ, ПОДХОДЯЩИЕ ДЛЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ КОЖИ

для чувствительной кожи:



Пептидный крем
для лица (PROFF уход)

*скоро в наличии



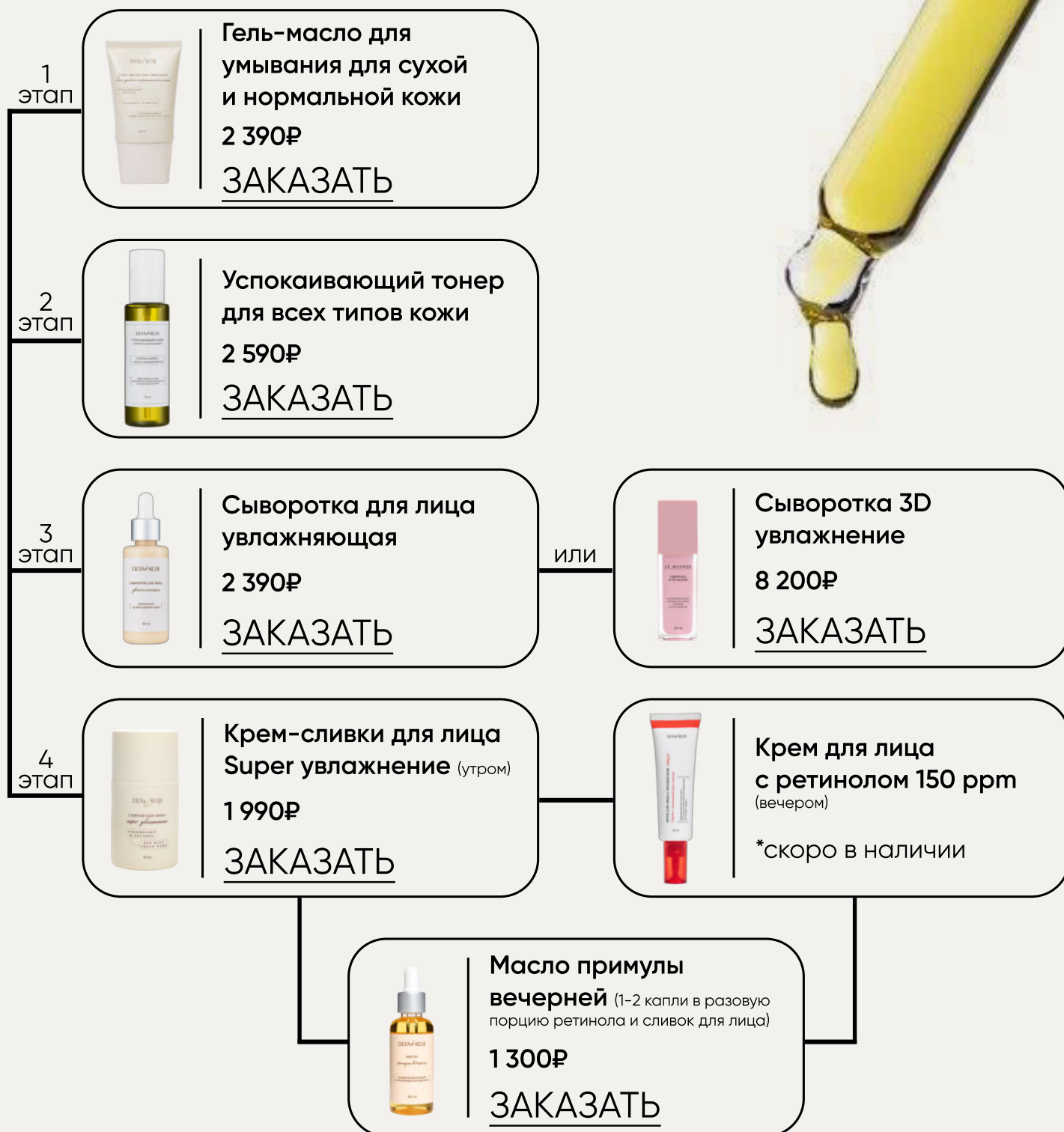
Крем для лица
с ретинолом 150 ppm

*скоро в наличии

Продукты

ПРИМЕРЫ ГОТОВЫХ КОМПЛЕКСОВ С ГИДРОКСИПИНАКОЛОМ РЕТИНОАТОМ

СУХАЯ И ЧУВСТВИТЕЛЬНАЯ КОЖА:



Продукты

20

КОМБИНИРОВАННАЯ КОЖА:



ВАЖНО!

Если повышенная жирность в «Т-зоне» продолжает вас беспокоить, используйте утром тоник для жирной кожи, а вечером – увлажняющий тоник.

ЖИРНАЯ КОЖА:

1
этап



Гель для умывания
для жирной кожи

2 390₽

ЗАКАЗАТЬ

2
этап



Тоник для жирной кожи

1 490₽

ЗАКАЗАТЬ

3
этап



Сыворотка для лица
увлажняющая (утро)

2 390₽

ЗАКАЗАТЬ

или



Сыворотка
3D увлажнение

8 200₽

ЗАКАЗАТЬ

4
этап



Крем для лица
для жирной кожи (утро)

1 790₽

ЗАКАЗАТЬ



Крем для лица
с ретинолом 300 ppm
(вечер)

4 790₽

ЗАКАЗАТЬ

Продукты

22

ЖИРНАЯ КОЖА С АКНЕ:



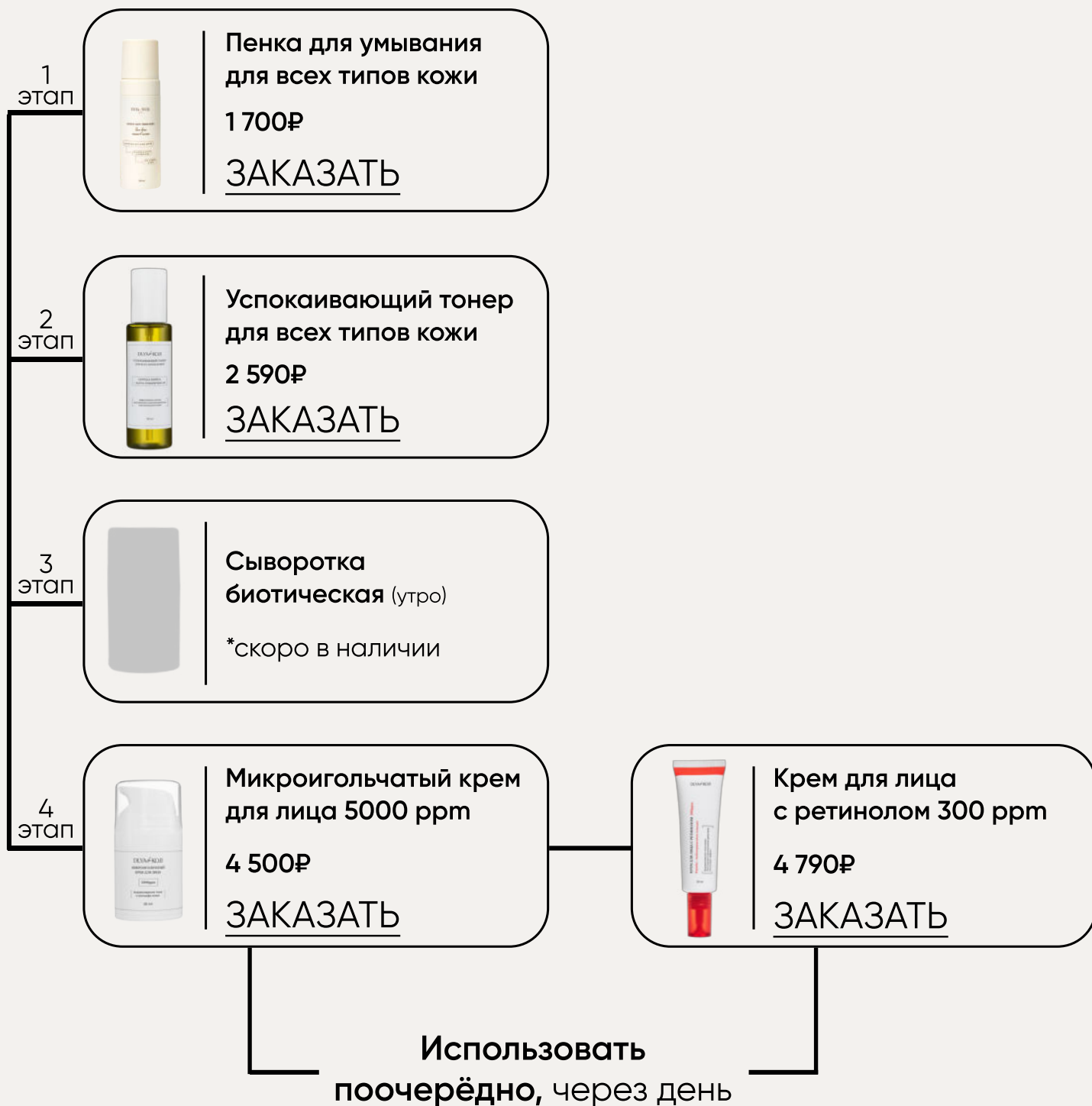
ВОЗРАСТНАЯ КОЖА:



ДЛЯ ВЫРАВНИВАНИЯ ТОНА КОЖИ:



УСТРАНЕНИЕ ПЯТЕН ПОСТАКНЕ:





ВАЖНО!

При возникновении сухости
и раздражения:



Микроигольчатый крем
для лица 5000 ppm

4 500₽

ЗАКАЗАТЬ

*использовать 1 раз в три дня
до привыкания кожи.



Крем-сливки для лица
Super увлажнение (утро)

1 990₽

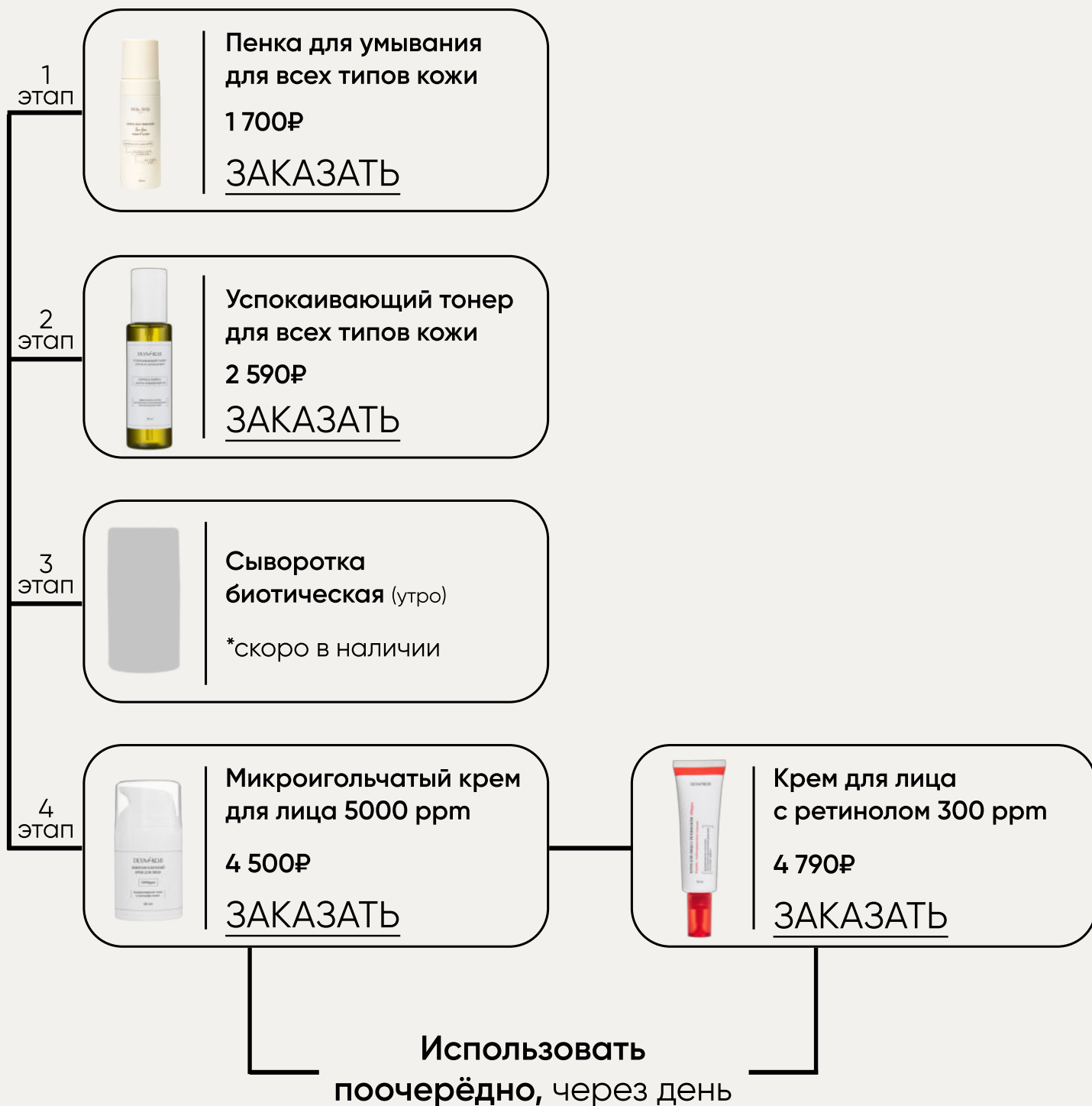
ЗАКАЗАТЬ

*использовать в остальное время.

Важно

27

БОРЬБА С ПИГМЕНТАЦИЕЙ:





ВАЖНО!

**При возникновении сухости
и раздражения:**



Микроигольчатый крем
для лица 5000 ppm

4 500₽

[ЗАКАЗАТЬ](#)

*использовать 1 раз в три дня
до привыкания кожи.



Крем-сливки для лица
Super увлажнение (утро)

1 990₽

[ЗАКАЗАТЬ](#)

*использовать в остальное время.

Важно

29





**РЕТИНОЛ – МОЩНЫЙ АКТИВ,
КОТОРЫЙ ПОМОГАЕТ ИЗБАВИТЬСЯ
ОТ АКНЕ, ПИГМЕНТАЦИИ И МОРЩИН.**

- Вводите его постепенно, с низких концентраций.
- Используйте комплексный уход, подходящий типу вашей кожи.