



Güneş Kremi

Güneş kremi nedir ve gerekli midir?

Güneş kremleri, güneşin ultraviyole (UV) ışınlarının bir kısmını emen veya yansıtan ve böylece güneş yanıklarına karşı korunmaya yardımcı olan topikal ürünlerdir. UV ışınlarına karşı bir kalkan görevi görürler ve mevsim ne olursa olsun cildiniz güneşe maruz kaldığında güneş kremi kullanmalısınız. Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezlerine göre, cilt kanseri Amerika Birleşik Devletleri'nde en yaygın kanser türüdür, ancak aynı zamanda en önlenebilir olanıdır çünkü güneş ışığına maruz kalmak gelişiminde önemli bir faktördür. Cilt kanserine karşı korunmanın en iyi yolu cildi korumak için güneş kremi kullanmaktır.



Güneş ışığının cilde etkisi

Güneş kreminin özelliklerini daha iyi anlayabilmek için öncelikle güneşin cilt üzerindeki zararlı etkilerini bilmek gerekir. Güneş, en önemlileri ultraviyole ışınları olmak üzere çeşitli ışın türleri yayar. Bu ışınların UVA, UVB ve UVC olmak üzere üç farklı türü vardır.

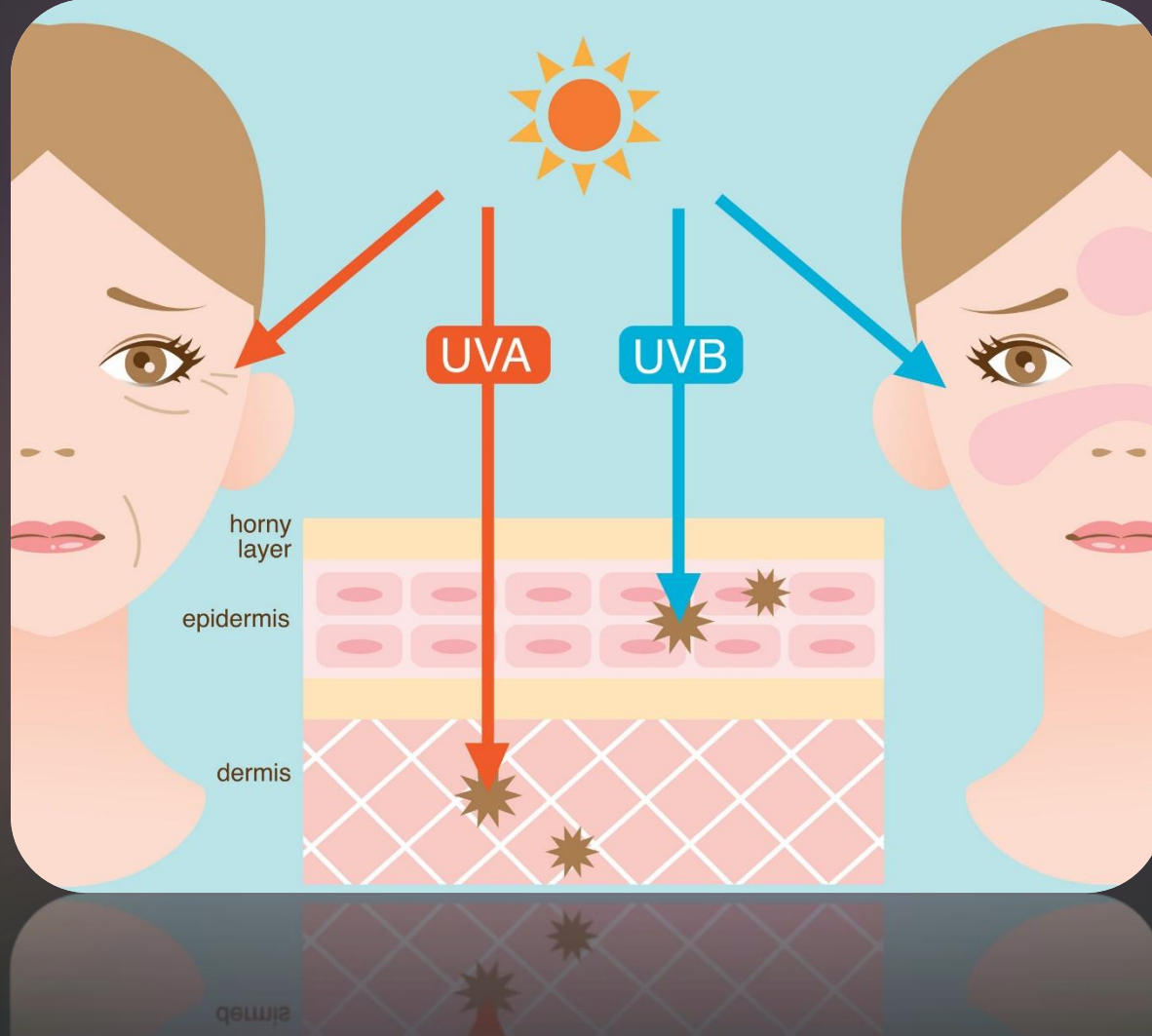
Bu üç ışın türü arasında sadece UVA ve UVB dünya yüzeyine ulaşır ve her ikisi de cildin en büyük düşmanlarıdır. UVB ışınları cildin derinliklerine nüfuz etmez ve bunun yerine etkilerini yüzey tabakaları üzerinde gösterir. Bu radyasyon güneş yanığına neden olur ve cilt kanserine yol açabilir.

Öte yandan, UVA ışınları cildin derinliklerine nüfuz edebilir ve kolajen ve elastini tahrip ederek kırışıklıklara ve cilt sarkmasına neden olabilir. Bu radyasyon ayrıca hücresel DNA'ya zarar vererek cilt kanseri riskini artırır.



Güneş ışığının cilde etkisi

4



SPF Nedir?

Ayrıca güneş kremi tüplerinin veya gözlüklerinin etiketinde güneş koruma faktörü veya SPF adı verilen bir sayı görülebilir.

SPF, bir güneş kreminin cildi güneş ışığından ne kadar iyi koruduğunu gösteren bir derecedir.

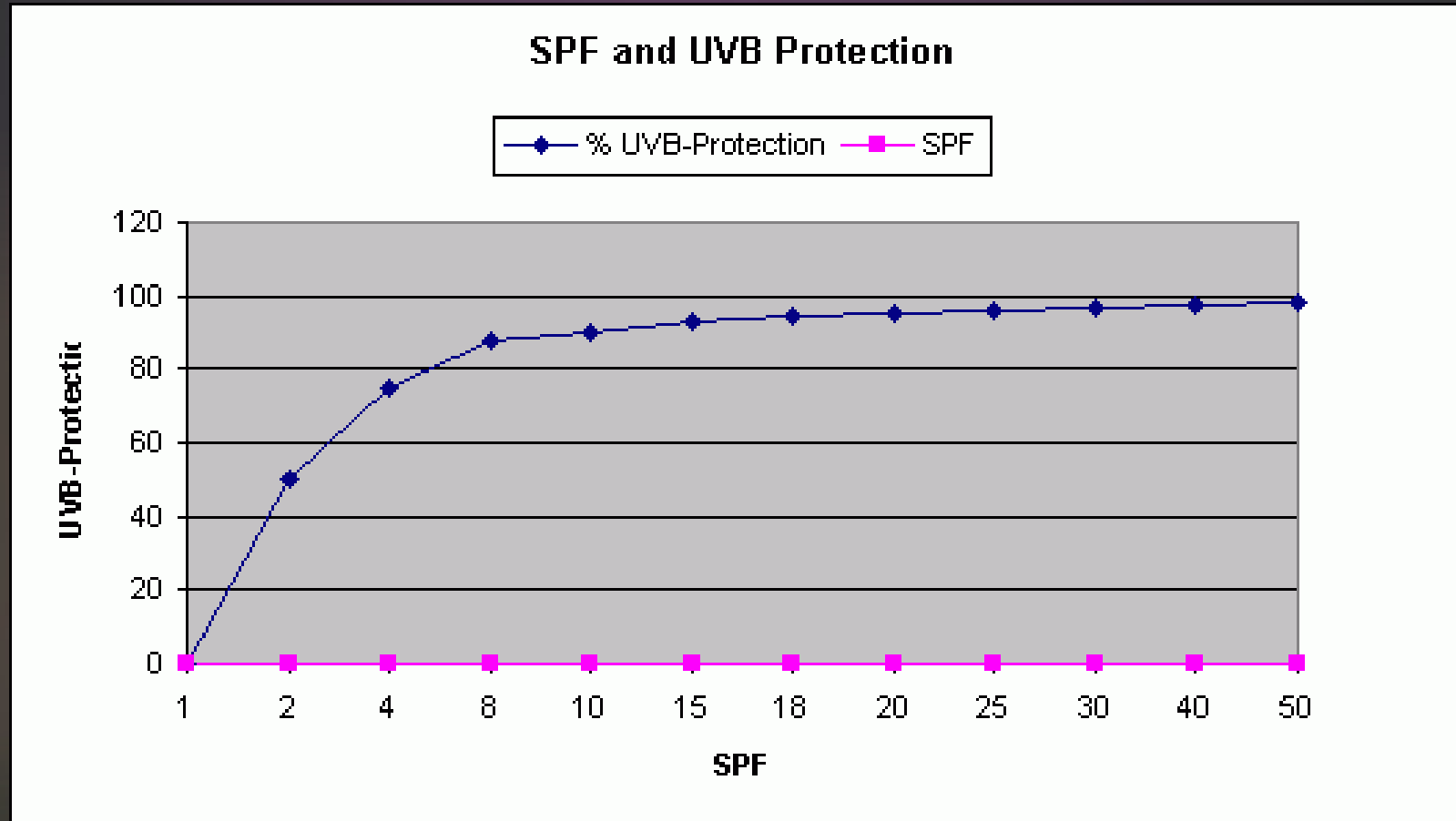
Örneğin, Amerikan Dermatoloji Akademisi'ne göre, SPF derecesi 30 olan bir güneş kremi güneşin UVB ışınlarının yüzde 97'sini engeller. Güneş kreminde bu sayı ne kadar yüksekse, UVB ışınlarını engellemede o kadar iyi çalışır. Önemli olan, hiçbir güneş kreminin UV ışınlarının %100'ünü engellememesidir.

Ayrıca, SPF ne kadar yüksek olursa olsun, tüm güneş kremleri cildi aynı süre boyunca korur. Örneğin, SPF'si 80 olan bir güneş kremi, SPF'si 15 olan bir güneş kremi kadar uzun süre dayanır.

Tüm güneş kremleri en az iki saatte bir veya yüzdükten ya da terledikten hemen sonra tekrar uygulanmalıdır.



SPF ve UVB emilim şeması



Sonbahar ve kış mevsimlerinde güneş kremi kullanmak gerekir mi?

Sonbahar:

Ultraviyole ışınları soğuk hava tarafından yok edilmez ve soğuk hava cilt üzerindeki etkilerini azaltmaz.

Bulutlu hava tüm UVB ışınlarını engellemez çünkü bulutlar UV ışınlarını engelleyemez.

UVA ışınları camdan geçer, bu nedenle evde veya arabanızda kalmak sizi UV ışınlarının zararlı etkilerinden korumaz.

Soğuk havalarda cildin kuruluğu artar, bu nedenle güneş ışınlarının zararı daha fazla olacaktır, bu nedenle nemlendiricilerle birlikte doğal yağlar içeren güneş koruyucuların kullanılması cildin daha fazla korunmasına yol açacaktır.



Sonbahar ve kış mevsimlerinde güneş kremi kullanmak gerekir mi?

Kış mevsimi:

Kar, ultraviyole ışınlarının %80'inden fazlasını yansıtır ve bu ışınların cilde verdiği zarar iki katına çıkar.

Yüksek rakımlarda atmosferin inceliği nedeniyle ultraviyole ışınları orada artar, yüzeyden her 300 metre yükseklik için bu ışınlara yaklaşık %4 eklenir.

Kış mevsiminde ve özellikle mevsim ortasında dünyanın güneşe olan uzaklığı en az olduğu için güneş ışınlarının olumsuz etkisi de artar.



Ne tür bir güneş kremi kullanmalıyız?

Kimyasal güneş kremleri: Sünger gibi davranır ve güneş ışınlarını emer. Genellikle bu güneş koruyucular ciltte iz bırakmaz.

Fiziksel güneş kremleri: Bir kalkan görevi görür. Güneş ışınlarını yansıtırlar ve hassas ciltler için daha iyidirler.

Geniş Spektrumlu Güneş Kremleri: Geniş spektrumlu kelimesi, güneş kreminin cildinizi her iki tür zararlı UV ışınından da koruyabileceği anlamına gelir.

SPF 30'lu güneş kremi: Amerikan Dermatoloji Akademisi, SPF 30 veya daha yüksek bir güneş kreminin güneş ışınlarının %97'sine kadar engellemesini önermektedir, ancak güneş ışınlarının %100'ünü engelleyen bir güneş kremi yoktur.

Suya dayanıklı güneş kremi: Güneş kremi satın alırken "suya dayanıklı" ibaresini arayın. Bu özellik, yeniden uygulamanız gerekmeden önce güneş kreminin ıslak veya terli cilt üzerinde daha uzun süre dayanacağı anlamına gelir. Suya dayanıklı güneş kremleri ile nemli ortamlarda 40 ila 80 dakika boyunca güvenle seyahat edebilirsiniz. Tüm güneş kremleri suya dayanıklı değildir.



Güneş kreminin cilde faydaları nelerdir?

Sizi zararlı UV ışınlarından korur:

Bildiğiniz gibi ozon tabakası sürekli tahrip oluyor ve bu nedenle güneşin zararlı ışınlarına daha fazla maruz kalıyoruz. Günlük D vitamini dozunuz için güneşe ihtiyacınız olsa da, sağlığınıza riske atmamalısınız! Güneş kremi kullanmak aslında zararlı ışınların cilde nüfuz etmesini ve cilt bozukluklarına neden olmasını önler.

Erken yaşlanmayı önler:

Hepimiz genç, parlak ve sağlıklı bir cilde sahip olmak isteriz ve bu güneş kremi kullanmak için en zorlayıcı nedenlerden biridir. Güneş kremi cildinizi kırışıklıklar ve ince çizgiler gibi yaşlanma belirtilerinden korur. Araştırmalar, güneş kremi kullanan 55 yaşın altındaki kişilerin, güneş kremi kullanmayan veya ara sıra kullananlara göre yaşlanma belirtilerine yakalanma olasılığının %24 daha az olduğunu göstermektedir.

Cilt kanseri riskini azaltır:

Çoğumuz güneş kremi kullanmaya esas olarak kozmetik nedenlerle başlasak da, bu kremler cilt kanserine yakalanmayı önler.

Günlük güneş kremi kullanımı sizi çeşitli cilt kanseri türlerinden, özellikle de melanom riskinden korur. Melanom, özellikle kadınlar için ciddi bir tehdit olarak kabul edilebilecek en kötü cilt kanseri türüdür.



Güneş kreminin cilde faydaları nelerdir?

Yüzdeki lekeleri azaltır

Koyu lekelerin oluşmasını ve kırmızı kılcal damarların ortaya çıkmasını önlemek için yüzünüze her gün güneş kremi sürün. Akne ve diğer güneş hasarlarını önlemek için de bu kremleri kullanmak gerekir.

Güneş yanığını önler

Güneş yanığı cildinizi zayıflatır ve renk değişimine yatkın hale getirir. Ciltte pullanma, şişme, kızarıklık, kurdeşen ve kaşıntı UVB ışınlarının etkilerinden bazılarıdır. Güneş ışığının neden olduğu cilt kabarcıkları cilt kanseri riskini artırabilir

Kozmetik bir krem olarak kabul edilir

Pudra veya renkli güneş kremlerinin ortaya çıkmasıyla, güneş kremi artık sadece koruyucu bir araç değil, cildinizi güneşin zararlarından korumakla kalmayıp aynı zamanda günlük makyajınız için bir baz olarak da kullanabileceğiniz bir güneş kremi edinebilirsiniz.



İyi bir güneş kreminde hangi özellikler olmalı?

1. Geniş bir spektruma sahip olmalı ve cildi hem UVA hem de UVB ışınlarına karşı korumalıdır.
2. Daha iyi kapatıcılığa sahip olması için SPF 30 veya daha yüksek olmalıdır, güneş kremlerinin en iyi SPF'si 30 ile 50 arasındadır ve daha yüksek SPF'ler uygun değildir.
3. Güneş kremi kişinin cildine uygun ve onunla uyumlu olmalıdır. Güneş kreminin daha etkili ve güvenli olmasını sağlamak için cilt tipinize (yağlı veya kuru cilt) uygun olduğundan emin olun.



Cilt tipi

Çocuklar için güneş kremi satın alırken göz önünde bulundurulması gereken en önemli faktörlerden biri kişinin cilt tipidir. Uzmanlar, kişilerin cilt tiplerine göre farklı tipte güneş kremi kullanmaları gerektiğine inanıyor. Eğer kuru bir cilde sahipseniz, nemlendirici içeren bir güneş kremi kullanmalısınız. Bu nedenle, krem gibi daha ağır güneş koruyucuları kullanmak daha iyidir. Ayrıca, genellikle alkol içerdikleri ve cildi kurutabilecekleri için asla güneş koruyucu spreyle kullanmayın.

Genel olarak, yağlı cilde sahip kişiler su bazlı hafif ve jel bileşimleri kullanmalıdır. Yağsız ve komedojenik olmayan güneş kremleri sizin için daha iyi bir seçimdir. Komedojenik olmayan terimi, ürünlerdeki bileşenlerin cildinizin gözeneklerini tıkamadığı ve akneye neden olmadığı anlamına gelir.

Aşırı hassas cilde sahip birçok insan vardır. Bu grup, cilt tarafından emilmeyen ve tahriş etmeyen çinko oksit ve titanyum dioksit gibi fiziksel güneş koruyucuları kullanmalıdır. Ayrıca, alkolsüz ve kokusuz ürünler kullanmak bu kişiler için çok yararlıdır.



Ne sıklıkla güneş kremi kullanmalıyız?

Güneş kremleri zararlı UV ışınlarına karşı koruma görevi görür ve cildiniz güneşe her maruz kaldığında bir bariyer görevi görür. Bu nedenle her gün güneş kremi kullanılması tavsiye edilir. Güneş kreminin faydalarını şimdi fark etmeyebilirsiniz, çünkü güneş kreminin faydaları uzun vadede hissedilir.

Çalışırken ya da plajda güneşlenmenin tadını çıkarırken uzun süre güneşte kalıyorsanız, cildinizi güneş yanıklarından korumak için her iki saatte bir güneş kremi uygulamak en iyisidir.

How To Apply Sunscreen To The Face And Neck.



Güneş kremi kullanımında 7 önemli öneri

- Güneş kremi yalnızca yüzde kullanmak
- Çocuklar için güneş kremi seçiminde yeterli özen
- 6 aydan küçük çocuklar için güneş kremi kullanmayın.
- Güneş kremi her 2 saatte bir tekrar uygulayın.
- Yağlı bir cilde sahipseniz, yağsız ve komedojenik olmayan bir güneş kremi kullanın.
- Kızarıklık veya tahriş oluşursa güneş kremi kullanmayın.
- Güneş kremi kullanmadan veya değiştirmeden önce mutlaka doktorunuza danışın.



Yönetmelik

Kozmetik ürünlere ilişkin 30 Kasım 2009 tarihli ve (AT) 1223/2009 sayılı AVRUPA PARLAMENTOSU ve Konsey Tüzüğü ile Ürün Güvenliği ve Metroloji Yasal Aracı'nın (SI) 34 sayılı Çizelgesi ve piyasaya sürülen kozmetik ürünlere ilişkin değişiklikleri, iç pazarın düzgün işlemlerini ve insan sağlığının yüksek düzeyde korunmasını sağlamak amacıyla piyasaya sürülen her kozmetik ürünün uyması gereken kuralları ortaya koymaktadır.



Fiziksel/kimyasal özellikler ve stabilite

İzlenen parametreler şunlardır:

- Görünüm değişiklikleri
- Kimyasal-fiziksel parametrelerin modifikasyonları
- Mikrobiyal kontaminasyonun kontrolü
- Formül / paket uyumluluk testi
- Tasarım / stabilite testi.



Ambalaj malzemeleri

PET (Polietilen Tereftalat), sonsuz geri dönüşüm olanakları sayesinde çevresel sürdürülebilirlik açısından mükemmel bir profile sahip olan hafif ve dayanıklı bir polyesterdir. Aslında PET, ısıнын etkisiyle çok viskoz sıvılara dönüşen ve kolayca işlenebilen malzemeler olan termoplastik ailesinin bir parçasıdır: sıcaklık düşürüldüğünde katı hale dönerler. Yapıları değişikliğe uğramadığından, malzemeyi ısı kullanarak birkaç kez yeniden şekillendirme işlemine tabi tutmak mümkündür: PET'in bu özelliği onu tamamen geri dönüştürülebilir hale getirir ve PET'e dönüştürmek mümkün olur: Insight serisinin tüm şişe ve kavanozları için %100 tüketici sonrası geri dönüştürülmüş PET kullanmayı seçtik.



Ambalaj malzemeleri

KAPAKLAR

Tüm Insight kavanoz kapakları %100 geri dönüştürülmüş PP'den (Polipropilen) yapılmıştır

BORULAR

Borularımız, toplamın en az %95'i oranında biyo bazlı bir malzemedен, şeker kamışı bazlı PE'den oluşmaktadır.



Geri dönüştürülmüş PET kullanmak ne anlama geliyor?

Çevreyi korumak için:

Karbondiyoksit emisyonlarını azaltın: her kg geri dönüştürülmüş PET için 3 kg'a kadar CO2 tasarrufu sağlanır!

Enerji tasarrufu sağlayın:

Geri dönüştürülmüş PET'ten ürünler üreterek yaklaşık %50 enerji tasarrufu sağlayabilir, maliyetleri azaltabilir ve çevreye verilen zararı sınırlayabilirsiniz.



Sertifikalı organik özler

Tüm formülasyonlarımızda organik tarımdan elde edilen yağlar ve özler kullanıyoruz.

GDO, pestisit veya sağlığa ve çevreye zararlı diğer kimyasal maddelerin kullanılmadığı sertifikalı mahsullerden.

Özellikle, tüm ürünler için çapraz bir ortak payda seçtik: Organik Öz. Antioksidan ve antibakteriyel özellikleri onu cildin sağlığı için ideal bir kozmetik bileşen haline getirmektedir.

Etoksillenmemiş yüzey aktif maddeler

Doğal kökenli olan bu yüzey aktif maddeler, dengeli bir temizleme gücü sağlarken, biyolojik olarak parçalanabilir ve ciltle son derece uyumludur. En hassas ciltlere bile saygı gösterir, sağlığını ve hidrolipidik filmini korur.

Hipoalerjenik parfümler

Sadece hipoalerjenik parfümlerin kullanılması cilt tahrişi riskini azaltmamızı sağlar.



Gerçekleştirilen hayvan testlerine ilişkin veriler

Ürün ve içerik maddeleri, kozmetik alanda uygulanabilirliğini değerlendirmek amacıyla hayvanlar üzerinde test edilmemiştir.



İçerik

23

Gliserin:

Bu bileşim çevredeki nemi emip cildin dış katmanına yönlendirebilen bir nemlendirici türüdür. Ayrıca gliserin bu nemin ciltten ayrılmasını kısmen engelleyebilir.

Setil alkol:

Bir yumuşatıcı olarak setil alkol, cildi yumuşatma ve pürüzsüzleştirme ve cildin pullanmasını, kuruluğunu ve pürüzlülüğünü önleme özelliğine sahiptir. Yumuşatıcılar aynı zamanda bariyer ajanlarıdır, yani su kaybını önleyen koruyucu bir tabaka oluştururlar.

Alkil benzoat:

Kozmetik ve cilt bakım ürünlerinde alkil benzoat yumuşatıcı, doku arttırıcı ve antimikrobiyal madde olarak görev yapar. Araştırmalar, bu ürünün antimikrobiyal özelliklere sahip olduğunu ve formülasyonda bakteri ve küf üremesi olasılığını azalttığını gösteriyor.

Oktokrilen

Octocrylene, kimyasal güneş kremlerinde ve yaşlanma karşıtı kremlerde yaygın olarak kullanılan bir maddedir. Bu madde cildi ultraviyole ışıklardan korur. Ultraviyole ışınları güneş yanığına ve cilt kanserine neden olabilir. Dünyanın dört bir yanındaki üreticiler, oktokrileni cilt bakım ürünleri ve kozmetik ürünlerinde katkı maddesi olarak kullanıyor.

Potasyum Setil Fosfat

Potasyum Setil Fosfat, cilt bakım ürünlerinde temizlik maddesi ve emülgatör olarak kullanılır. Stabilize edici bir emülgatör olarak çok yönlülüğü nedeniyle güneşten koruyucu formülasyonlarda değerlidir. Bu madde aynı zamanda güneş koruma faktörünü yani SPF'yi de artırır. Potasyum Setil Fosfat, suya dayanıklı güneş kremlerinin üretiminde çok önemli bir rol oynar.



İçerik

24

Ayçiçeği Çekirdeği Yağı Sorbitol Esterleri

Ayçiçek yağı eklemek de SPF değerini önemli ölçüde artırır. Çünkü ayçiçeği çekirdeği yağı bir antioksidan olan E vitamini içerir. E vitamini UVB ışınlarının neden olduğu serbest radikal hasarına karşı oldukça etkilidir.

Propilparaben

Propilparaben kremler, losyonlar, şampuanlar ve banyo ürünleri gibi birçok su bazlı kozmetikte yaygın olarak bulunan bir koruyucudur. Aynı zamanda antifungal bir ajan ve antimikrobiyal bir ajan olarak da görev yapar.

Alümina

Alümina, kozmetik ürünlerin viskozitesinin kontrolünde rol oynayan bir maddedir.

İzobütilparaben

İzobütilparaben, cilt kremlerinden vücut losyonlarına ve deodorantlara kadar birçok cilt bakım ürününde bulunan bir paraben ve koruyucudur. İzobütilparaben sıklıkla güzellik ürünlerinin raf ömrünü uzatmak için kullanılır.

Demir oksit

Demir oksitler, doğal minerallerden elde edilen kozmetik pigmentlerdir ve rafine edildiklerinde sentetik olarak kabul edilirler. Güneş kremlerini renklendirmek, kozmetik gölgeler oluşturmak ve cildin görünür ışıktan korunmasına yardımcı olmak için kullanılırlar.

Etilheksil Metoksisinnamat

Güneş kremlerinde uygun güneş koruma faktörünü (SPF) sağlamak veya kozmetikleri UV ışınlarına karşı korumak amacıyla çok çeşitli kozmetik ürünlerde kullanılır.



İçerik

25

Butil Metoksidibenzoilmetan

Butil Metoksidibenzoilmetan (BMBM), ciltten UVA ve UVB'yi emerek cildi güneşin zararlarından koruyan sentetik bir güneş koruyucudur. Saç ürünlerinde kimyasal saç boyalarının stabilitesini artırır ve doğal veya sentetik boyaların güneş ışığında solmasını engeller.

Amonyum Poliakriloildimetil Taurat

Kozmetikteki ana rolü, viskozitelerini kontrol ederek emülsiyonların stabilize edilmesine yardımcı olmaktır, ancak buna ek olarak hafif, ferahlatıcı ve yumuşak bir kaplama sağlar.

Metilparaben:

Metilparaben en yaygın parabenlerden biridir. Çoğu kozmetik ürününde paraben bileşiminin bir parçası olarak bulabilirsiniz. Bu madde mikropların üremesini engeller. Ayrıca bazı meyvelerde doğal olarak bulunabilir ve gıda koruyucusu veya mantar önleyici koruyucu olarak kullanılabilir.

Titanyum dioksit

Yüksek kimyasal stabilitesi ve UV ışınlarına karşı grilik göstermemesi nedeniyle titanyum dioksitin, güneşten koruyucuların üretimi başta olmak üzere çeşitli endüstrilerde birçok kullanım alanı vardır. Bu malzeme üç biçimde bulunur: rutil, anataz ve brookite. Rutil daha çok güneşten koruyucu formülasyonlarda kullanılır. Güneş kremlerinde kullanımı giderek artan TiO_2 'nin önemli bir özelliği de ultraviyole ışınlara karşı dayanıklılığıdır.

Butilparaben

Butilparaben cilt bakımı ve kozmetik formülasyonlarında bakteri, maya ve küf oluşumunu engeller. Ayrıca raf ömrünün artmasına ve ürünün stabilizasyonuna yardımcı olur.



İçerik

26

Fenoksietanol:

Fenoksietanol, cilt bakım ürünlerinde yaygın olarak kullanılan ve ürünlerde koruyucu ve stabilizatör olarak kullanılan bir bileşendir. Fenoksietanol hindiba ve yeşil çayda doğal olarak bulunur, ancak ürünlerde kullanılmak üzere laboratuvarlarda üretilir. Fenoksietanol, antimikrobiyal özelliklerinden dolayı öncelikle ürünlerde kullanılır. Fenoksietanolün bu özelliği maya, bakteri ve mantarların büyümesini engeller. Fenoksietanolün antimikrobiyal özelliği ürün ömrünü, kullanım güvenliğini ve tüketici sağlığını artırır.

Setearil alkol

Setearil alkol, cilt üzerindeki gerçek etkileri için kullanılan bir madde olmayıp, ürünün optimum performansı için bileşime eklenen bir maddedir. Bu alkol esas olarak ürünlerde onları stabilize etmek için kullanılır, böylece bunları cildinize veya saçınıza uyguladığınızda bileşenleri ayrılmaz ve bileşimleri düzgün ve pürüzsüz olur. Bu alkol, ürünlerde dokuyu geliştirmek ve iyi hissetmek için koyulaştırıcı olarak kullanılır. Cildi yumuşatsa da bir üründe Cetearyl alkol kullanılmasının ana nedeni bu değildir, yağlı bir madde olduğundan ve yağdan türetildiğinden yumuşatıcı özelliğe sahiptir ve cildi yumuşak ve pürüzsüz hale getirebilir.

Kaprilik/Kaprik trigliserit:

Bu maddenin temel özelliği cildi nemlendirmek ve cildi onarmaktır. Ayrıca bu madde UV filtreleri için stabilizatör, koyulaştırıcı, yumuşatıcı ve çözücüdür. Bu madde formülasyonda bitkisel yağlarla değiştirilebilir. Bu maddenin diğer özellikleri arasında cilt onarıcı ajan olması ve cilt kuruluğunu önlemesi sayılabilir. Bitkisel yağların ciltte daha iyi emildiği göz önüne alındığında, bu malzeme besinlerin cilt tarafından emilmesini kolaylaştırır.

Etilparaben

Etilparaben, kozmetik ve kişisel bakım ürünlerinin formülasyonunda mikrobiyal kontaminasyonu önleyerek raf ömrünü uzatmak için kullanılan bir koruyucudur.



