Автор: Administrator
02.09.2010 13:11 - Обновлено 02.09.2010 15:08

Во время загара, особенно в первые дни, необходимо пользоваться защитными кремами. Такие специальные крема выпускаются четырех степеней защиты – от 6 до 14 (слабая защита), от 15 до 29 (средняя защита), от 30 до 59 (высокая защита) и выше 60 (очень высокая степень защиты). Цифры определяют количество минут, которое можно провести на открытых солнечных лучах после того, как воспользовались кремом. Для лица и шеи следует выбрать специальную защиту, глаза защитить солнцезащитными очками, снимая их ненадолго, чтобы не было белых кругов вокруг них.

Для похода на пляж не следует пользоваться духами и одеколонами, нанесенные на кожу они могут спровоцировать ожоги.

Защитное средство подбирается в зависимости от того, какой у вас тип кожи, но лучше все-таки пользоваться в первые дни кремами с высокой степенью защиты.

Не надо думать, что загар появится сразу, обычно он заметен через некоторое время после того, как вы пришли с пляжа, поэтому не следует дожидаться его появления, перебирайтесь в тень, если не хотите следующие дни просидеть в помещении, прячась от солнца со сгоревшей кожей.