

harmonia

ZDRAVIE

VYHNITE SA PODRÁŽDENEJ POKOŽKE

Pokiaľ ste vysokoaktívny športovec, určite poznáte problém s červenými miestami na pokožke na jednom či viacerých miestach, ktoré postupne začnú veľmi bolieť. Príčinou je, že pokožka je pri športe vystavená vzájomnému treniu, kombinovanému s vlhkosťou. Keď sa potíme, na pokožke sa vytvára soľ a ak je pokožka súčasne vystavená treniu, alebo kontaktu s oblečením, vzniká pocit, že ju trieme brúsnym papierom.

Pravdepodobne poznáte pocit, keď sa cítite dobre a všetko sa zdá byť dokonalé. Cítite, že vaše nohy môžu podať nekonečný výkon. Váš dych je hlboký, pravidelný a zrazu vnútorné časti stehien začnú bolieť a o krátku chvíľu vás bolesť úplne premôže. Môže to byť spôsobené trením stehien počas dlhého behu. Napríklad ak bežíte v šortkách, ktoré sú príliš krátke, pokožka stehien sa navzájom trie, postupne sčervená a nakoniec vzniknú bolestivé rany.

MYSLITE NA PREVENCIU

Bez ohľadu na to, aký druh športu robíte, veľmi často pri ňom vzniká situácia trenia pokožky. Chodidlá, podpažšie, zadok, vnútorná časť stehien a slabiny sú iba niektoré miesta na tele, kde môžu pri športe vzniknúť bolestivé odreniny, pokiaľ im nebudete venovať dostatočnú pozornosť. Našťastie existuje možnosť pripraviť sa na tento problém pred začiatkom tréningu. Preto pred dlhým bicyklovaním, behom či iným druhom športu, ktorý praktizujete, sa oplatí urobiť určité preventívne opatrenia. Tu sú rady, ktoré môžete aplikovať:

1) vyberte si vhodné oblečenie, aby

ste boli chránení pred neželaným ošuchovaním a zaparením pokožky s odevom,

2) pokiaľ nie je možné vyhnúť sa treniu pokožky o oblečenie, aplikujte predtým na dané miesto pokožky špeciálny ochranný krém Active Derm ako ochrannú „bariéru“,

3) pred zvýšenou aktivitou je vhodné tiež umyť kožu Active Derm penou ako podporu ochrany pred podráždením alebo po športovaní na upokojenie prípadného podráždenia.

OCHRAŇUJE, UPOKOJUJE A HOJÍ POKOŽKU

Active Derm Cream bol vyvinutý špeciálne ako prevencia pred začervenaním pokožky v mieste podráždenia, spôsobeného jej trením. Má jedinečné zloženie z prírodných látok a olejov, ktoré dokážu vytvoriť ochrannú vrstvu proti vlhkosti na pokožke, čím sa výrazne redukuje podráždenie. Krém má jednak ochranný efekt upokojuje a hojí pokožku, ktorá je už poškodená. AD krém je prírodný, bez obsahu parférov a parabénov.

ČO HOVORIA O ACTIVE DERM CREAM SAMOTNÍ ATLÉTI? - TÍM RYNKEBY DK

„Všetko, čo má dobré výsledky, je dobré - ďakujeme vám za to, že ste nám umožnili testovať váš produkt počas nášho účinkovania v Paríži v roku 2015. Za seba môžem povedať, že mi tento produkt pomohol počas jazdy - mal som nulové prestávky.“

„Funguje úžasne pri regenerácii. Funguje pre Team Rynkeby East Jutland a účinkuje v každom počasí a počas dlhej doby niekoľkých hodín. Jednoducho to funguje.“

Redakcia

jedinečné prírodné zloženie
na ochranu citlivej pokožky tela
pri aktívnom športe



prémiové Active Derm

ABC Active Derm Cream - vysokoaktívny krém

- ▶ na ochranu citlivej pokožky tela a v záhyboch
- ▶ na ochranu pred začervenaním a bolesťou kože
- ▶ prirodzene dezinfikuje a bráni množeniu mikróbov (napr. problémy v uzavretej obuvi, pri športovaní, pri intertrigo, u detí pri zapareninách od plienok a i.)
- ▶ na ošetrovanie a upokojenie podráždenej pokožky (napr. vnútorné stehná, pod prstami - tzv. atletická noha, podpažšie, v laktách, pod prsiami a pod.)
- ▶ obsahuje zinok, estery kyseliny mliečnej, makadamiový olej a ďalšie aktívne látky na ochranu pred vlhkosťou, podráždením kože a na udržiavanie jej zdravia

ABC Active Derm Wash - aktívna mycia pena

- ▶ na denné umývanie k prevencii pred vlhkosťou, podráždením a sčervenaním pokožky v záhyboch (chodidlá so začervenanou kožou pod prstami, vnútorné stehná, slabiny, podpažšie, pod prsiami...)
- ▶ účinný pred a po námahe, najmä aktívnom športe
- ▶ predchádza vzniku problémov z podráždenia
- ▶ na dosiahnutie čo najlepších výsledkov používajte spolu s ABC ADerm krémom proti tvorbe vlhkosti a mikróbom

Žiadajte / objednáte si v lekárni

Registrujte na webe, v správe uveďte Harmonia a získajte darček + katalóg
www.australian-bodycare.sk