

Prirodne kreme za lice - vodič za odabir



Prirodna kozmetika je rješenje za većinu **kožnih problema** s kojima se susrećemo upravo zbog raznih **iritirajućih sastojaka** u današnjim proizvodima za njegu kože. **Prirodne kreme za lice** trebale bi predstavljati prvi korak u prelasku na prirodniju njegu jer koža lica prva reagira na sastojke koji joj ne odgovaraju. Također, pravilnom organskom njegom osiguravamo **mladolik izgled lica** što je dulje moguće.

Već je neko vrijeme aktualno **pitanje iritirajućih sastojaka** u proizvodima na policama drogerija i trgovačkih centara, dok se svakodnevno objavljuju članci o **štetnim posljedicama** istih. Važno je znati da **cijena** proizvoda nikako **nije garancija kvalitete** te da je potrebno temeljito čitati što piše na popisu sastojaka naših omiljenih krema i losiona.

Više o **štetnim sastojcima** koje je poželjno **izbjegavati** u njezi kože pročitajte [ovdje](#).

Prirodne kreme za lice formulirane su od **organski uzgojenih sirovina** poput biljnih ulja, cvjetnih vodica (hidrolata), ekstrakta, eteričnih ulja, **konzervansa** dozvoljenih za uporabu u prirodnoj kozmetici i drugih sastojaka koji **ciljano djeluju** na pojedine probleme i tipove kože. Upravo zbog toga, za prirodnu kozmetiku je potrebno **izdvojiti** veću količinu novca, iako će nam se svaka uložena kuna **višestruko**

isplatiti.

Primjerice, **biljne matične stanice** koje izuzetno dobro djeluju na smanjenje bora i poboljšanje kvalitete kože mogu koštati i do nekoliko tisuća kuna. Naravno, ovo su ekstremni slučajevi dok se prirodni proizvodi mogu naći u **drogerijama** poput DM-a i Müllera po **veoma povoljnim cijenama**. Također, cijena prirodnih proizvoda je u većini slučajeva **opravdana** jer su proizvodi često napravljeni **ručno** ili u manjim količinama kako bi se očuvala **kvaliteta** i obratila pažnja na svako pojedino pakiranje.

Zašto odabrati prirodnu kremu za lice?

- Pogodna za njegu osjetljive kože lica.
- Ne uzrokuje reakcije kože.
- Njeguje kožu bolje od komercijalnih krema.
- Kvalitetni i provjereni sastojci.
- Dubinski hidratizira kožu.
- Smanjuje bore (određeni sastojci).
- Pomaže izrazito suhoj koži.
- Smanjuje prištiće i akne bez isušivanja kože.
- Osigurava dugotrajan mladolik izgled.

Prirodne kreme za lice, napravljene od kvalitetnih sastojaka neće uzrokovati reakcije kože, osim ako se radi o alergiji na pojedini sastojak. Ako znate na koje ste kozmetičke sastojke ili biljke alergični, pročitajte popis sastojaka na proizvodu ili upitajte prodavača/proizvođača.

Prirodna krema za problematičnu kožu

Problematična koža treba posebnu njegu, a najvažnije je odabrati kreme koje **ne sadrže komedogena ulja**. S time da pojedina ulja poput maslinovog ili kokosovog začepuju pore, odličan izbor za reaktivnu kožu su **ulje badema, sjemenki grožđa, koštica marelice i jojobe**. Osim biljnih, za kontrolu bakterija i antiseptičko djelovanje izvrsna su eterična ulja čajevca, lavande i klinčića. Kreme koje sadrže **zeleni čaj, kadulju ili ekstrakt vrbine kore** također su djelotvorne protiv prištića.

Prirodna krema za masnu kožu

Zabluda je da masnoj koži biljna ulja štete. Naprotiv, ulja lagane teksture regulirat će izlučivanje sebuma jer koža neće morati sama nadoknaditi zaštitu i hidrataciju koja joj nedostaje. Kreme za masnu kožu lica sadrže **ulje jojobe, sjemenki grožđa, lješnjaka** i druga biljna **ulja koja se brzo upijaju**. Masnoj koži bi također mogle pomoći **salicilna, hijaluronska i glikolna kiselina te biljke poput nevena,**

kadulje, lavande i aloe vere.



Prirodna krema za mješovitu kožu

Mješovita koža je najzahtjevnija po pitanju odgovarajućih proizvoda, pogotovo jer je potrebno izbalansirati masnije i normalne/suhe dijelove kože. Mješovitoj koži bi zapravo odgovaralo **ulje lagane teksture poput jojobe, koštica marelice i ulja sjemenki grožđa**. Općenito, za ovaj tip kože je preporučljivo koristiti kreme **lakše teksture tijekom ljeta i masnije, teže kreme tijekom zime**. Biljke koje će sigurno odgovarati mješovitoj koži su **zeleni čaj, lavanda, čajevac (manje količine) i aloe vera**.

Prirodna krema za suhu kožu

Suhaj koži potrebno je **mного vlage i hidratacije**, a glavnu pogrešku čine osobe koje imaju kombinaciju suhe kože i akni. Prirodne kreme bogate teksture uglavnom sadrže **ulje argana,, avokada, lješnjaka, badema i makadamije** koja će nahraniti kožu. Osim toga, **hidrolat (cvjetna vodica) ruže** izvrsno će hidratizirati kožu, dok će **eterična ulja kamilice i smilja** dodatno negovati i umiriti kožu. Ako imate suhu i neosjetljivu kožu, kreme s kokosovim i maslinovim uljem su odlično rješenje jer dubinski hrane, ali na problematičnoj koži mogu uzrokovati prištiće.

Prirodna krema za zrelu kožu

Za razliku od anti-age proizvoda koji su na svim reklamama i sadrže kolagen, prirodne kreme će zapravo imati učinka. Naime, kolagen koji se nalazi u komercijalnim proizvodima je prevelik da bi ga koža uopće mogla apsorbirati, što znači da uzalud trošimo novac. **Prirodne kreme za zrelu kožu** trebale bi sadržavati **ulja (divlje ruže, argana, smilja, sjemenki mrkve)** koja imaju dokazan učinak na smanjenje bora i sastojke **poput retinola (vitamin A), AHA/BHA kiselina, shea maslaca i sl.**