

marianne

ŽIVOT ZAČÍNÁ S MARIANNE

LISTOPAD 2024
79,90 Kč/3,29 €

20

INSPIRATIVNÍCH
ŽEN

*Náš výběr
výjimečných žen,
které byste
měli znát*

Téma:
**JAK BÝT
DOBROU
TCHYŇÍ?**

ZAJÍMAVÉ
ROZHOVORY:

- MAGDA VÁŠÁRYOVÁ
- OSKAR HES
- XINDL X

Linda
RYBOVÁ

*„Jsem stydlivý člověk,“ říká
o sobě oblíbená herečka*

BUDIŽ *světlo!*

Když si ji nasadíte a zapnete, vypadáte trochu jako z hororu, slibované účinky LED masek jsou ovšem vyloženě pohádkové. Terapie světlem totiž pomáhá zpevňovat pleť, zjemňovat vrásky, minimalizovat pigmentové skvrny i zmírňovat záněty a akné.

TEXT: KAROLÍNA DEMELOVÁ

Bývala doménou kosmetických salonů, v posledních letech se ale začala terapie světlem pomalu stěhovat i do koupelen skin care nadšenců – a dnes se z LED masek stal jeden z nejžhavějších trendů, který je najednou úplně všude. Jak vlastně fungují, co umějí, a především, vyplatí se do nich investovat?

CO JSOU LED MASKY?

Celoobličejové silikonové masky se spoustou LED diod uvnitř, které připevníte kolem hlavy a necháte jejich světlo pár minut působit na pleť, jsou asi nejpopulárnějším příkladem světelné terapie pro domácí použití. Nejsou ale zdaleka jediným typem přístrojů s LED světlem, seženete totiž i masky speciálně určené pro oční okolí, krk a dekolt, hřbety rukou anebo ty pro lokální ošetření pupínek a zánětlivých míst. Na LED světlo navíc často narazíte i v sonických a masážních přístrojích, kde například červené světlo podporuje efektivitu anti-age programu a modré zase cílí na nedokonalosti.

JAK LED TERAPIE FUNGUJE?

Terapie světlem se opírá o fakt, že světlo o správné vlnové délce dokáže pronikat do pokožky a tím na ni příznivě působit. Že skutečně funguje, podporují data i dlouhé roky používání při kosmetických ošetřeních, musí se ovšem jednat o to „správné“ světlo s dostatečnou intenzitou – zkrátka ne každá červená LED dioda bude mít stejný efekt. A ano, je to zcela bezpečné.



1. FAQ 221 Anti-Aging LED maska na krk a dekolt, Foreo/FAQ Swiss, 10 476 Kč
2. LED Light Therapy Face Mask, Envy Therapy, 5900 Kč
3. Light Max Rechargeable LED Mask 2.0, MZ Skin, 22 230 Kč
4. LED maska na oči DRx SpectraLite EyeCare Max Pro, Dr. Dennis Gross, 199 \$
5. Bezdrátová LED maska na obličej WrinkLit LED, Skin Gym, 2255 Kč

CO VŠECHNO UMÍ?

Červené světlo je oblíbené pro své anti-age účinky, dokáže totiž stimulovat produkci kolagenu a elastinu, takže pleť zpevňuje a vyhlazuje jemné linky. Zelené se zaměřuje na minimalizaci pigmentových skvrn, zarudnutí, sjednocení tónu a celkové rozjasnění; modré světlo se pak díky svým antibakteriálním