مشکلات بهداشتی ناشی از آرایش استخری

بسیاری از خانم‌ها وقتی به استخر می‌روند، برای پوشاندن مشکلات پوستی‌شان یا شاداب و زیباتر جلوه دادن صورتشان، آرایش می‌کنند. اگر محصول آرایشی‌ای که استفاده می‌کنند معمولی باشد، حتما با ورود به آب در صورتشان پخش می‌شود و نمای زشتی ایجاد می‌کند اما بیشتر خانم‌ها از محصولات مقاوم به آب یا ضدآب استفاده می‌کنند که تا مدت‌ها بدون تغییر روی پوست می‌مانند اما آیا استفاده از این ترکیب‌های آرایشی عارضه‌ای ندارد؟ اصلا داشتن آرایش هنگام ورود به استخر کار درستی است؟

محصولات آرایشی مقاوم به آب از حلال‌های فراری تهیه شده‌اند که پایه چربی دارند به همین دلیل استفاده از آنها راحت است. وقتی این حلال‌ها بخار می‌شوند، آنچه باقی می‌ماند پوست را در برابر نفوذ مقاوم می‌کند. به همین دلیل قبل از خشک شدن محصول روی پوست باید تغییرات لازم داده شود. از جمله ترکیب‌های موجود در این محصولات می‌توان به پلیمرهای فرار، عصاره درخت روغن قلم و موم گیاهی، حیوانی یا معدنی اشاره کرد. عصاره درخت روغن قلم فواید درمانی بسیار خوبی برای پوست دارد و استفاده از آن در محصولات آرایشی باعث سبکی ماده آرایشی روی پوست می‌شود. پلیمرها نیز به دلیل بافت چربی که دارند، باعث ضدآب شدن محصولات آرایشی می‌شوند و استفاده از آنها را روی پوست راحت می‌کند.

خیلی از خانم‌ها وقتی برای شنا به پلاژ یا استخر می‌روند هم آرایش می‌کنند. این کار از پایه و اساس اشکال دارد، به همین دلیل است که در بیشتر استخرهای تحت‌نظارت، آرایش داشتن هنگام ورود به آب ممنوع است و توصیه می‌شود برای سلامت و رعایت بهداشت، آرایش کاملا پاک شود. درواقع ترکیب‌های آرایشی با کلر آب واکنش نشان می‌دهد و باعث ایجاد ترکیبات کلورافین می‌شود که عامل بوی بد در استخر است و می‌تواند باعث التهاب چشم‌ها و ریه و مشکلات تنفسی شود. اگر استخر سرباز است، استفاده از کرم پودر را حتی خارج از آب هم توصیه نمی‌کنیم. کنار دریا یا در استخر رو باز اجازه بدهید پوستتان کاملا تمیز باشد. احتمال اینکه ترکیب‌های آرایشی با اشعه خورشید و گرما واکنش نشان دهند و لک ایجاد کنند، بالاست. به جای کرم پودر، می‌توان از ضدآفتاب‌های رنگ‌دار یا کرم پودرهای حاوی ضدآفتاب استفاده کرد. حتما روی پوست لب‌ها هم ضدآفتاب بزنید و دور دهان را فراموش نکنید. ضدآفتاب‌های معمولی در آب پاک می‌شوند و بیشتر خانم‌ها وقتی خارج از آب هستند، از ضدآفتاب استفاده می‌کنند در حالی که آب و انعکاس نور روی آن، خود باعث آفتاب سوختگی می‌شود. بهترین کار در استخر روباز استفاده از ضدآفتاب‌های مقاوم به آب است اما حتی این نوع از کرم‌ها را هم باید هر ۴۵ دقیقه تجدید کرد. نکته دیگر اینکه بیش از ۹۰درصد اشعه ماورای بنفش خورشید را اشعه ماورای بنفش A تشکیل داده که گرچه باعث احساس گرما نمی‌شود اما به راحتی در پوست نفوذ می‌کند و آفتاب سوختگی و برنزه شدن پوست را به دنبال دارد. بقیه اشعه خورشید هم اشعه ماورای بنفش B است که عامل پیری زودرس و سرطان پوست محسوب می‌شود. هنگام خرید ضدآفتاب حتما انواعی را انتخاب کنید که از هر دو نوع اشعه ماورای بنفش محافظت کند.

افراد مبتلا به حساسیت‌های پوستی و کسانی که پوست حساسی دارند، اصلا نباید از این محصولات ضدآب استفاده کنند.

مسلما پاک‌کننده‌های محصولات مقاوم به آب بر پایه چربی تهیه شده‌اند. مثلا با روغن زیتون و پنبه می‌توان این محصولات آرایشی را راحت پاک کرد اما حتی اگر پوست حساسی ندارید، باید شیرپاک‌کن مخصوص پوست‌های حساس انتخاب کنید تا ایجاد حساسیت نکند. اگر بعد از پاک کردن آرایش پوستتان ملتهب و قرمز می‌شود، یعنی پاک‌کننده آرایشی مناسبی انتخاب نکرده‌اید.

عوارض و مشکلات ناشی از استفاده ریمل های استخری

ریمل استخری» از ریمل‌های با مارک ناشناخته است که به دلیل حجم بالایی که به مژه‌ها می‌دهد و به راحتی هم پاک نمی‌شود، این روزها طرفداران بسیاری پیدا کرده و حتی در مترو با انواع مارک‌ها خرید و فروش می‌شود.

بسیاری از مشکلات ثانویه مربوط به ریمل‌ها مثل التهاب‌ها و حساسیت‌ها به‌خصوص در ناحیه پلک فوقانی به‌دلیل وجود نیکل در آنهاست. وقتی ریمل ضدآب است و سنگین و به آسانی شسته نمی‌شود، عوارض و مشکلات پوستی‌ای که ایجاد می‌کند، بسیار بیشتر از ریمل‌های کلاسیک است.

درکسانی که سابقه ابتلا به گل‌مژه دارند، اگر از ریمل ضدآب استفاده کنند، به دلیل انسداد بیشتر مجاری خروجی سبوم احتمال بروز عفونت با باکتری و گل‌مژه بیشتر می‌شود. به طور کلی، باید گفت تمام محصولات آرایشی –بهداشتی بهتر است سبک و قابل‌شستشو و از مارک‌های معتبر باشند. هر چه ماده آرایشی دیرتر از روی پوست پاک شود و سنگین‌تر باشد، عوارض آن شدیدتر و ماندگارتر است. خلاصه اینکه، بدون هیچ آرایشی وارد استخر شوید تا ضرری به شما و دیگران نرسد.

منبع:هفته نامه سلامت