

Rozmowa z kosmolog Moniką Kosa

Jak dbać o skórę nastolatków?

Pani Moniko, jaki jest właściwy moment, żeby zabrać swoje dziecko do kosmetyczki?

Można odwiedzić kosmetyczkę bądź kosmologa w momencie kiedy zauważymy niepokojące zmiany na skórze dziecka tzn. zmiany trądzikowe czy chociażby nadmierną suchość naskórka. Zazwyczaj pierwsze zmiany zachodzą wraz z dojrzewaniem tzn. ok 13 roku życia, jeśli natomiast skóra nastolatka jest zdrowa, nie problematyczna, uważam, że nie ma sensu odwiedzać gabinetu kosmetycznego „na zapas”.

Czy spotkania z kosmologiem są tylko dla dziewcząt?

Spotkania z kosmologiem odbywają się zarówno z dziewczynami jak i z chłopcami.

Jakie są problemy młodych ludzi, z którymi mogliby się zwrócić do Pani?

Głównym i najczęstszym problemem jest trądzik pospolity, który spędza sen z powiek wielu nastolatkom. W tym wypadku bardzo ważna oprócz zabiegów gabinetowych jest pielęgnacja domowa. Sukcesywnie i powoli wraz z współpracą klienta, jest szansa na wyprowadzenie skóry „na prostą”. Jednym z nierzadkich problemów jest też skóra atopowa, wrażliwa, co zazwyczaj jest efektem złej pielęgnacji domowej. Ważne jest, uświadomienie młodej osobie jakie błędy popełnia przy czynnościach dotyczących dbania o skórę. Dlatego też w trakcie pierwszej wizyty przeprowadzam dokładny wywiad z klientem dotyczący jego sposobu pielęgnacji oraz preparatów które stosuje na co dzień.

Czy należy się obawiać spotkania z Panią?

Staram się podtrzymywać luźną atmosferę u siebie w pracy, tak aby każdy mógł się poczuć swobodnie, mam nadzieję, że nawet jeśli ktoś poczuje dyskomfort wchodząc do mnie pierwszy raz, szybko mu to mija.

Czy może Pani dać rodzicom kilka wskazówek, jak wspierać swoje dzieci w codziennej pielęgnacji? Czego rodzice powinni uczyć swoje dzieci w kwestii dbania o urodę?

Myślę, że najważniejsza jest systematyczność. Jeśli nastolatkowi wejdzie w krew, że np. codziennie po myciu zębów, dobrze jest zadbać o pielęgnację twarzy aby działać profilaktycznie czy użyć porządnego antyperspirantu itp. to po pewnym czasie, dziecko zacznie to robić z automatu.

Co ma jeszcze wpływ na dobrą kondycję skóry?

Bardzo dobre i właściwe pytanie. Powinnam to wyłuszczyć na samym początku wywiadu. DIETA, DIETA I JESZCZE RAZ DIETA. Dobra, zbilansowana, rozsądna dieta, ma przeogromny wpływ na kondycję skóry. Oprócz tego SEN i oczywiście dużo ruchu na świeżym powietrzu.

Na sam koniec – 1 złota rada da rodziców i dla uczniów?

Drodzy RODZICE! Wasze dzieciaki to Wasze lustra. Naśladują Was i obserwują częściej niż się tego spodziewacie;). Jeśli prowadzicie zdrowy i higieniczny tryb życia, Wasze latorośle będą Was „małpować” ☺.

Drodzy uczniowie! Pamiętajcie, że ten jeden „pryszcz” na środku czoła to nie koniec świata, a ten nieszczęsny trądzik kiedyś w końcu musi zniknąć ;). Dbajcie o siebie, ale pamiętajcie, że nie zawsze więcej znaczy lepiej, oraz nie zawsze droższy produkt jest lepszy.

Bardzo dziękujemy!

Magda Gałuszka