

litön

ILTALEHTI

Osta Iltalehden kanssa»

+1€
Myydään aina yhdessä Iltalehden kanssa

Maura
konkasalo:
psi kärsii
na erossa

TTÄREN TARINA:

TINI
ASENNUS
EURAA
INUA YHÄ

ksi
ätös
uutti
imäni”

NEMMÄN
YVÄÄ OLOA
Kaunistavat marjat
Helli stressivatsaa
Liikaa lisäaineita?

Haluaisitko
kokeilla
luomu-
ehkäisyä?

MARIA
VEITOLA:
Häpeän
kiroiluani



Milka
Ahlroth:
Olen tottunut
työttömyyteen



plus» Antti Tuisku, Vesa-Matti Loiri, Donna Leon

LENITAN
PALJASTUKSET
»Kuka avautuu
seuraavaksi?
Helena Christens

009 -39



09038

350090-38

383 500900

MARJAN SIEMENÖLJY voidaan hyödyntää voiteiden, seerumeiden, sampoiden ja naamioiden raaka-aineena. Selvitimme eri marjojen hyvää tekivät ominaisuudet.

TYRNI

» **Tyrni** on C-vitamiinipommi. Lisäksi siinä on E-vitamiinia, flavonoideja, kasvisteroleja ja alfa-linoliyhappoa sekä kolmea omega-rasvahappoa: omega-3-, omega-6- ja harvinaista omega-7-rasvahappoa.

» **Tyrniöljy** on yksi kalleimmista öljyistä. Monien mielestä se voitaisiin katsoa jopa lääkeaineeksi, koska sillä on niin paljon hyviä vaikutuksia.



» **Tyrniä** sisältävät tuotteet ovat hyviä kuivaihaisille. Tyrniöljy kosteuttaa, pehmentää ja hellii halkeilevaa ihoa. Pitkään käytettynä tyrnituotteet edistävät ihon ja solujen uudistumista ja vahvistavat ihoa.

» **Tyrniä** sisältävät hiustuotteet hillitsevät päänahan kutinaa ja hilsettä.

PUOLUKKA

» **Puolukassa** on polyfenolia, joka suojaa infektioilta. Siinä on myös 15 prosenttia arbutiinia, joka tasoittaa ihonväriä ja vaalentaa ihoa.

» **Puolukan** siemenöljy on hyvä raaka-aine couperosasta kärsivien ihonhoitotuotteisiin.

» **Puolukassa** on tehokasta antioksidanttia, luonnon E-vitamiinia. Sen ansiosta ihon ennen-

aikainen vanheneminen hidastuu. Se suojaa ihoa ilman epäpuh-
tauksien aiheuttamilta vaurioilta. Puolukassa on runsaasti omega-3- ja omega-6-rasvahappoja.

» **Puolukansiemenöljy** kosteuttaa tehokkaasti, suojaa ja heleyttää ihoa.

MUSTIKKA

» **Mustikan** flavonoidit ovat erityisen tehokkaita. Siitä löytyy myös A-, B- ja C-vitamiineja

» **Mustikka** on erinomainen kosteuttaja ja suojaa ihoa ulkoisilta stressitekijöiltä. Se supistaa huokosia ja desinfioi.

Mustikkaa sisältävät kosmetiikkatuotteet ovat loistavia couperosasta ja aknesta kärsiville sekä herkkillä ihoille. Monet atoopikot ovat löytäneet omat, sopivasti kosteuttavat kosmetiikkatuotteensa mustikkaa sisältävistä sarjoista.



VADELMA

» **Vadelma** sisältää runsaasti C-vitamiinia, sitruuna- ja muurahaishappoa ja magnesiumiumia.

» **Vadelmaa** sisältävät kosmetiikkatuotteet kosteuttavat ja pehmittävät ihoa. Sitä käytetään myös ryppyjä ehkäisevissä anti-age-tuotteissa.

LAKKA

» **Lakan** siemenöljyssä on runsaasti linoli- ja alfa-linoleenihappoja sekä A- ja E-vitamiineja.

» **Se** suojaa ihoa ulkoisilta haittatekijöiltä, ehkäisee ennalta ihon ikääntymistä ja vahvistaa ihoa.

» **Helsingin** yliopisto tutki aikoinaan kymmen luonnonaineen antioksidantti-vaikutusta liposomirakenteen hapettumiseen. Liposomia käytetään kosmetiikassa suojaamaan erilaisia vaikuttavia aineita ja kuljettamaan niitä iholle. Tutkimuksessa todettiin, että lakan siemenöljy on yksi tehokkaimmista antioksidanteista. Se ehkäisee liposomirakenteen hapettumista. ■



Lähteet: Rita Stiens: Totuus kosmetiikasta ja Una Nuotio: Kerro, kerro kuvastin -kirjat ja www.lumene.fi

MUSTAHERUKKA

» **Mustaherukoissa** on C-vitamiinia, A- ja B-vitamiineja, flavonoideja, kalsiumia, magnesiumia ja tärkeitä rasvahappoja.

» **Mustaherukka** auttaa kosteuttamaan ihoa. Se supistaa ihohuokosia, edistää ihosolujen uusiutumista ja estää ihon veltostumista.



Vadelma kosteuttaa ja pehmentää ihoa.

3. Couperosaiholle sopii mustikkaa sisältävä Bionlinen Derouge Bilberry Cream -voide (42,50 €/50 ml). Se rauhoittaa punoittavaa ihoa. Bernard Cassieren rauhoittava mustikkamousse (57 €/50 ml) hellii ja kosteuttaa kuivaa ja atoopista ihoa. The Body Shopin mustikkahoitoaine (14,50 €/250 ml) on hyvä värjäytyille hiuksille. Siinä on myös UV-suoja.



4

4. Kotimaisen Mari-derm-sarjan raaka-aineissa on hyödynnetty puolukansiemenöljyä. Kiinteyttävä lumotippa (29 €/30 ml) virkistää väsähtänyttä ihoa. Sarjan kirkastava kuorintavoide (19 €/50 ml) poistaa hellävaraisesti kuolleen ihosolukon kasvoilta ja kaulalta. Sarjaan kuuluvat myös puhdistusemulsio, kasvovesi, päivä- ja yövoide, silmänympärysovoide ja kasvojen hoitoöljy.



5. Makea The Body Shopin mansikkasuikugeeli (12 €/200 ml) sisältää kuorivia aineosia. Avon Naturals-sarjan mansikka-naamio (6 €/75 ml) kosteuttaa. Sen tuoksu on kuin aidossa mansikassa.

5