1. Należy unikać kosmetyków które zawierają wit A i jej pochodne tj retinol, isotretinoina itp. Olejków eterycznych z lawendy, melisy, jaśminu, jałowca,preparatów rozgrzewających -„antycellulitowych” ,z kofeina, bez parabenow, formaldehydow, ftalanów, toulenu.; No i oczywiście wszystkich kwasów aha i bha. ;)
2. Wszystkie zabiegi z zakresu medycyny estetycznej są niewskazane i nie wolno ich wykonywać podczas trwającej ciąży… tworzy wówczas stan zapalny… zbyt ryzykowne i nieodpowiedzialne.;)
3. Oczywiście ze w ciąży można wykonywać oczyszczanie twarzy, aczkolwiek bez używania prądów, ultradźwięków itp. Sam peeling najlepiej enzymatyczny bądź mikrodermabrazja.;)
4. Ciąża to i.in przeciwwskazanie do zabiegów kwasowych.;)
5. Mikrodermabrazja jest bezpieczna dla kobiet w ciąży, ważne jest by zrobić ja delikatnie- gradacja kryształków 240.;)
6. Retinol to pochodna wit A, jest substancja niewskazaną! ;)
7. Noworodek dużo nie potrzebuje, jeśli jest zdrowy i nie ma problemów skórnych to jeśli mamy uzdatniona wodę to możemy kapać bez stosowania preparatów, wszelkie emoliety to tylko dodatki by ładnie pachniał… proszę pamiętać o spf50 na twarz noworodka na dworze bo jest teraz bardzo wysokie długie słońce. Nie zapominajmy o sobie ;)
8. Kosmetyki przeciwsłoneczne powinny być stosowane w momencie kiedy zaczynamy wychodzić na spacery i jest to pora jak teraz, gdzie mamy doczynienia z wysokim słońcem które najbardziej opala. Wówczas należy zastosować filtr50 na twarz dziecka. Nie zapominajmy o sobie ;)