

# Ära unusta käsi!

Külmade ilmadega saab käenahk kõige enam kannatada. Seepärast tuleb ka käsi külma eest kaitsta.

**K**uidas me saame oma käsi kaitsta, seda selgitas kosmeetik Irma Viidalepp.

Esimeste külmade ilmade tulekul on käenahk see, mis saab kõige enam kannatada. Juba varasügisel ilmnevad esimesed ebameeldivad tundemärgid: käed muutuvad kuivaks, karedaks, küüned hapraks. Selle tingib suur temperatuuride vahelduvus: toas on soe ja keskküttest tulenevalt kuiv õhk, väljas seevastu külm ning niiske.

Esmane abinõu on lihtne: kreemitada! Ja seda võiks teha lausa pärast iga kätepesemise korda. Lastele saab juba maast madalast selgeks teha lihtsa tõe, et pärast iga kätepesu tuleb neile lisaks hoolsale kuivatamisele panna ka kaitsev kreemikiht. See ei unune, kui panna kraani-

kausi kõrvale lisaks seebile ka kreemituub.

Külmemate ilmadega tuleks ainult silmas pidada, et käsi kaitseb enam toitev, mitte niivõrd niisutav kätekreem. Enne kreemi ostmist tuleks lugeda selle koostisosade nimekirja – liigne veesisaldus kreemis talvel ei ole hea.

## KINDAD KÄTTE

Kasulik on meelde jätta ka see, et iga kord õue minnes tuleks enne toast lahkumist kindad kätte panna. Lihtne tõde, mida paraku kiputakse unustama. Juba ainuüksi kiire autosse istumise ajal võib külm ja niiske õhk jõuda käsi kahjustada. Eriti veel siis, kui oled jõudnud enne välja minekut käsi pesta, jättes seevastu nad hoolsalt kuivata-

mata. Tagajärjeks on punetavad ja karedad käed.

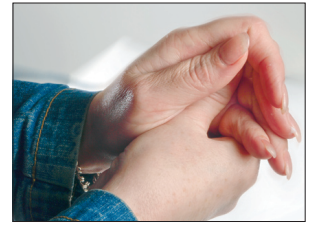
Kui käed on juba saanud külmast kahjustada, siis koduseks hooldusvahendiks saab ise kokku segada toitvaid kätemaske meest või teha sooje õlivanne. Õlivannideks sobib enam mõni toitvam õli, nt oliivi-, mandli-, makadaamia- ja avokaadoõli. Enne kätele määrimist tuleks õli soojendada, et see paremini imenduks.

Apteegist võib osta glütseriini ja seda kätele määrida. Pärast kreemitamist tuleks kätte panna puuvillased kindad, et kreem paremini imenduda saaks.

Lisaks toitvale hooldusele tuleks käenahka aeg-ajalt ka koorida. Kodus sobivad koorimiseks hästi kaerahelbed või mee ja meresoola segu.

JAANA UUSTAL

KARIN KALJULÄTE



## Uuendasime Eucerin® Dry Skin tootesarja!

# Eucerin®



### Rahustav ihupiim 12% Omega

Igapäevaseks kasutamiseks kuiva, kestendava, punetava ja sügeleva naha korral. Ihupiim sisaldab naha rahustavat lagritsaekstrakti ning kõrge kontsentratsiooniga oomeg-rasvhappeid (kuningakepi-õli, viinamarjaseemneõli), mis naha parandavad ja tugevdavad.



### Rahustav kreem kaerajahuga

Rahustav kreem on mõeldud naha sügeluse ja kuivuse vähendamiseks. Kreemi rasvatu kaerajahu sisaldav koostis ja üliefektives niisutusained rahustavad ja tasakaalustavad naha. Igapäevase kasutamise korral ennetab kreem naha sügelust ning kuivust.



### Taastav kätekreem karbamiidi (5%) ja laktaadiga

Sobib kuivade ja väga kuivade, lausa pakatavate ja väsinud käte igapäevaseks hooldamiseks. Kreem pakub kätele intensiivset täiendust looduslike niisu-tajate, karbamiidi ja laktaadi abil ning kaitseb neid välismõjutuste eest. Sobib kasutada ka atoopilise dermatiidi puhul.



Nagu rõõm hingele,  
on mesi meie kehale.



Pakume erinevaid ökomesindustootmeid. Loe lisaks [WWW.TAALIMESILA.EE](http://WWW.TAALIMESILA.EE)

**TARGU TALITA**  
ilmub koos Maalehega.  
Lehekülgede numeratsioon  
algab 4. jaanuarist 2007

Toompuiestee 16, 10137 Tallinn  
targutalita@maaleht.ee  
reklaam 661 3333, 661 3334  
faks 661 3343

Toimetaja Annika Poldre 661 3356  
Kujundus Heiki Maiberg

Väljaandja

AS Maaleht

Trükk  
Esikaane foto

AS Kroonpress  
Karin Kaljuläte