

## Дело не только в креме: почему ваша кожа может быть сухой даже после увлажнения

У сухости кожи может быть множество причин. Например, это может быть связано с вашим образом жизни или с составом увлажняющего крема.

**Состав увлажняющего крема.** Лёгкие или гелевые средства могут не обеспечить достаточного увлажнения для очень сухой кожи. Может помочь использование увлажняющего крема со следующими компонентами: масло ши, керамиды, глицерин, мочевины.

**Факторы окружающей среды.** Холодная погода, низкая влажность, сухое отопление, интенсивный солнечный свет могут усложнить уход за сухой кожей. Если вы постоянно работаете с химическими веществами, то ваша кожа тоже может стать более сухой, чем обычно.

**Образ жизни и привычки.** Нехватка воды или несбалансированное питание, слишком частое купание, горячая вода в душе и длительное пребывание в ванне, диуретики, бета-блокаторы, контрацептивы и ретиноиды могут сделать кожу более сухой.

Дело не только в креме: почему ваша кожа может быть сухой  
даже после увлажнения



Gabrijelagal / Getty Images

**Заболевания.** Сухость кожи могут вызвать экзема, контактный дерматит, себорейный дерматит, псориаз, диабет и гипотиреоз, болезнь Крона и язвенный колит. Даже из-за беременности и менопаузы кожа может стать более сухой.

**Возраст, пол и раса.** В возрасте 60 лет и старше люди часто страдают от сухой кожи. Также кожа чаще бывает сухой у женщин и у темнокожих.

***Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.***