

비타민C 화장품, 이렇게 발라야 효과 본다

피부 잡티 개선과 미백을 위해 비타민C화장품을 사용하는 여성들이 적지 않다. 그런데 비타민C 화장품 효과를 제대로 알아두어야 할 사실들이 있다.



▲ 사진=shutterstock

‘머니투데이’에 따르면 ‘비타민C’는 미백 화장품에 사용되는 대표적인 성분 중 하나이다. 비타민 C는 멜라닌 생성에 작용해 피부 미백 효과와 피부의 묵은 각질을 녹여 칙칙한 피부 톤을 개선하는 효과가 있다. 피부 속 단백질 구성 성분이자 피부 탄력에 영향을 주는 콜라겐의 생성을 촉진시키기도 하며, 피부 노화의 원인인 활성산소를 억제해 안티에이징 효과도 보인다.

화장품에 사용되는 비타민C 성분은 크게 ●순수 비타민C ●비타민C 유도체, 이 2가지이다.

바르고 나서 열감이 느껴지고 따가웠다면 ‘순수 비타민C’ 성분의 미백 화장품을 발랐을 가능성이 높다. 비타민C는 pH가 3.5 산성 상태일 때 가장 흡수가 잘 되기 때문에 피부에 발랐을 때 따가움, 작열감 등 피부 자극이 느껴질 수 있다.

■ 이렇게 바르세요!

비타민C 제품을 바를 땐 약산성 토너로 피부결을 정리해 피부의 pH 수준을 약산성으로 맞추는 것이 좋다. 이는 비타민 C가 잘 흡수될 수 있도록 하기 위함이다.

또한 비타민C 화장품을 바른 직후 보습제를 바르는 것은 추천되지 않는다. 비타민C를 바른 직후 피부 pH와 유사한 수치(5.5~7)의 보습제를 바르면 pH가 높아져 흡

수가 떨어질 수 있기 때문이다. 하지만 비타민C를 발랐을 때 피부 자극이 심하다면 보습제와 섞어 바른다. 비타민C 성분이 덜 흡수되지만 피부 자극은 줄어든다. 민감한 피부일 경우 처음엔 섞어 바르다가 점차 피부가 적응하게 되면 나누어 바르면 된다. 순수 비타민C 성분 대신 자극이 덜한 비타민C 유도체가 함유된 제품을 바르는 것도 좋다.

비타민C화장품을 소량씩 덜어 여러 번 레이어링해 바르고, 비타민C 성분이 충분히 흡수될 때까지 기다리는 것이 중요하다.

■ 시너지 효과 내려면?

비타민C 화장품을 바를 땐 순수 비타민C 성분이 빛과 열에 민감한 만큼 자외선 차단제를 함께 바르는 것이 좋다. 또 비타민C 성분과 시너지 효과를 내는 비타민E(토코페롤) 성분을 함께 바르는 것도 추천된다. 페룰산, 코엔자임큐텐과 같은 항산화 성분이 함께 든 제품도 좋다. 이러한 성분들이 비타민C 성분의 효과와 안정성을 높여준다.

반대로 AHA나 BHA 등 화학적 각질 제거 성분이 든 제품과 함께 사용하는 것은 피해야 한다. 피부 자극이 심할 수 있기 때문이다.

레티놀 성분 역시 비타민C와 함께 사용할 경우 피부에 자극이 될 수 있다. 두 성분을 모두 사용하고 싶다면 아침엔 비타민C, 저녁엔 레티놀 화장품을 각각 나누어 바르는 것이 좋다.

■ 이렇게 보관하세요!

비타민C는 열과 공기에도 민감하기 때문에 개봉 후에는 뚜껑을 완벽히 닫아 냉장보관해야 하며 되도록 빠른 시일 내에 사용하는 것이 좋다.

비타민C화장품은 사용 중 노랗게 변색되기도 하는데, 갈변이 심하지 않을 경우 사용해도 무방하다. 다만 갈변이 심하게 진행됐다면 제품의 효능을 기대할 수 없다.

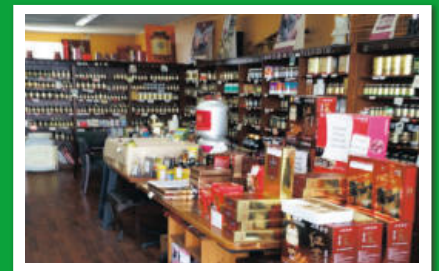
가든그로브 비타민 전문점

Organic Vitamins

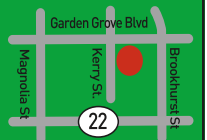
- 500종류 정도의 비타민과 원료구비
- 비타민 원료 : 아사이, 마취, 블루베리, 고지베리베리, 아로니아, 그라비올라, 크랜베리, 비타민나무, 여주농축액, 차콜, 콜라겐, 블랙커런트, 모링가, 로얄제리원액, 페루산삼, 마카, 트리블러스(산삼보다 높은 사포닌 함유)



이제 비타민은 전문점에서 정확한 진단 후 복용하세요.



Tel. (714)534-4938
9972 Garden Grove Blvd #G
Garden Grove, CA 92844



미국 내과 · 스포츠의학과 보드전문

김진세

내과/통증전문
스포츠의학과

스포츠 부상 전문 치료병원
근골격계 통증. 신경통증 전문의

P.R.P.(자가혈청) Stem Cell(줄기세포) 치료
USC 의과대학 레지던트 Training 지정병원

한국인 유일의 미국내과 및 통증의학
미국 스포츠 의학 보드전문



Chin Se Kim M.D.

- ◆ 미국내과보드전문의
- ◆ 미국스포츠의학보드전문의
- ◆ 미국통증의학보드전문의
- ◆ 가주정부 Qualified medical evaluator

전문진료분야

- ▶ 일반 내과질환 : 고혈압, 당뇨병, 심장질환, 폐질환, 응급치료
- ▶ 각종 스포츠 관련 부상 치료 전문
- ▶ 각종 통증치료 : 관절염, 통풍, TMJ, 목, 허리디스크, 견비통, 두통
- ▶ 최신 물리치료 : 침 치료, 교통사고, 직장상해
- ▶ 종합 진단검사 : 초음파, 심전도, ECHO, 폐기능 검사
Treadmill, Holter
- ▶ 가주정부 Disability evaluation 지정병원
- ▶ Sports injuries, 탈골, 골절치료, Cast, Custom brace
- ▶ 수술 후 재활 치료, 중풍 물리치료

최첨단 C-Arm 통증치료, 초음파 MRI, CT촬영, 각종 내과 질환 종합검진, 할인 Program 제공

오바마케어 취급
각종 HMO·PPO/보험/교통사고
직장상해보험/메디케어 취급
여행자 보험/종합 혈액 검사

문의전화 **714-520-0809**

1736 W. Medical Center Drive #B Anaheim, CA 92801

