

الفرق بين الكريم المرطب والكريم المرّم

كثير من الناس يعتقدون أن جميع كريمات البشرة تقوم بنفس الوظيفة.

لكن في الحقيقة هناك نوعان مختلفان من المنتجات:

Moisturizer (مرطب)

Barrier Repair Cream (مرّم لحاجز البشرة)

الفرق بينهما مهم جدًا لأن اختيار المنتج الخطأ قد يجعل مشكلة البشرة تستمر رغم استخدام الكريمات.

الكريم المرطب (Moisturizer)

وظيفته الأساسية:

زيادة مستوى الماء في الطبقة السطحية من الجلد وتحسين الترطيب.

كيف يعمل؟

يعمل المرطب عادة عبر ثلاث فئات من المكونات:

1

Humectants

مواد تسحب الماء إلى الجلد مثل:
Glycerin , Hyaluronic Acid ,
Panthenol

2

Emollients

مواد تنعم الجلد مثل: Squalane, Fatty
alcohols

3

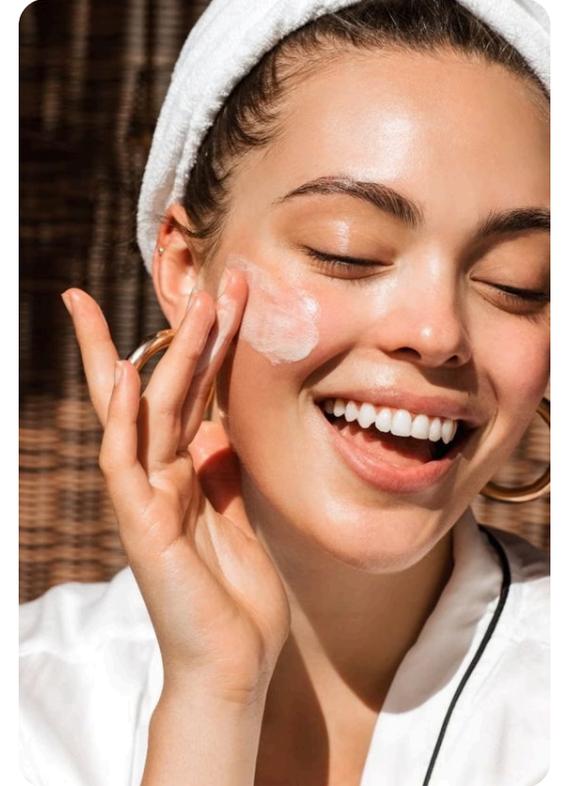
Occlusives

مواد تقلل تبخر الماء مثل: Petrolatum,
Dimethicone

متى تستخدم المرطب؟

يستخدم المرطب غالبًا عندما تكون المشكلة:

- جفاف خفيف
- شد بسيط بعد الغسل
- الحاجة لترطيب يومي

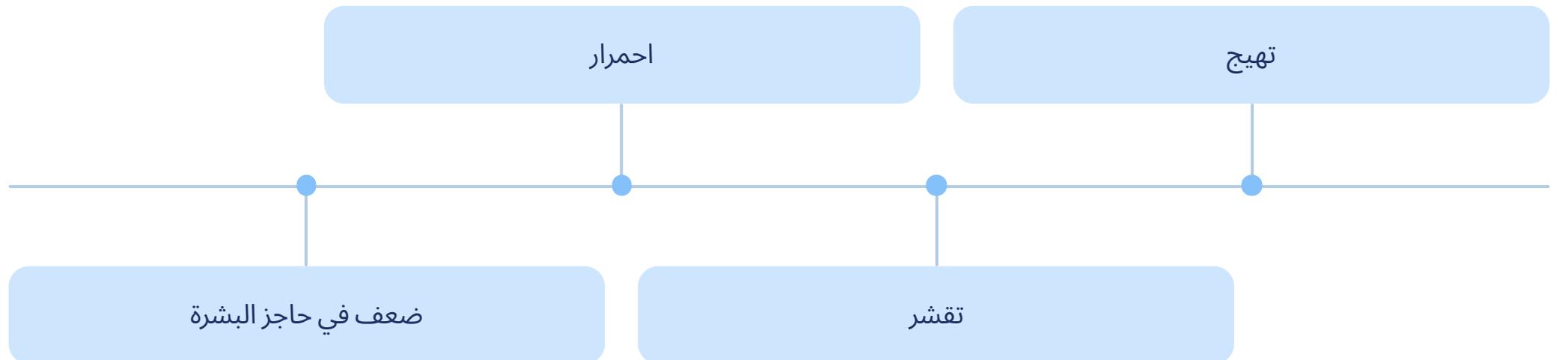
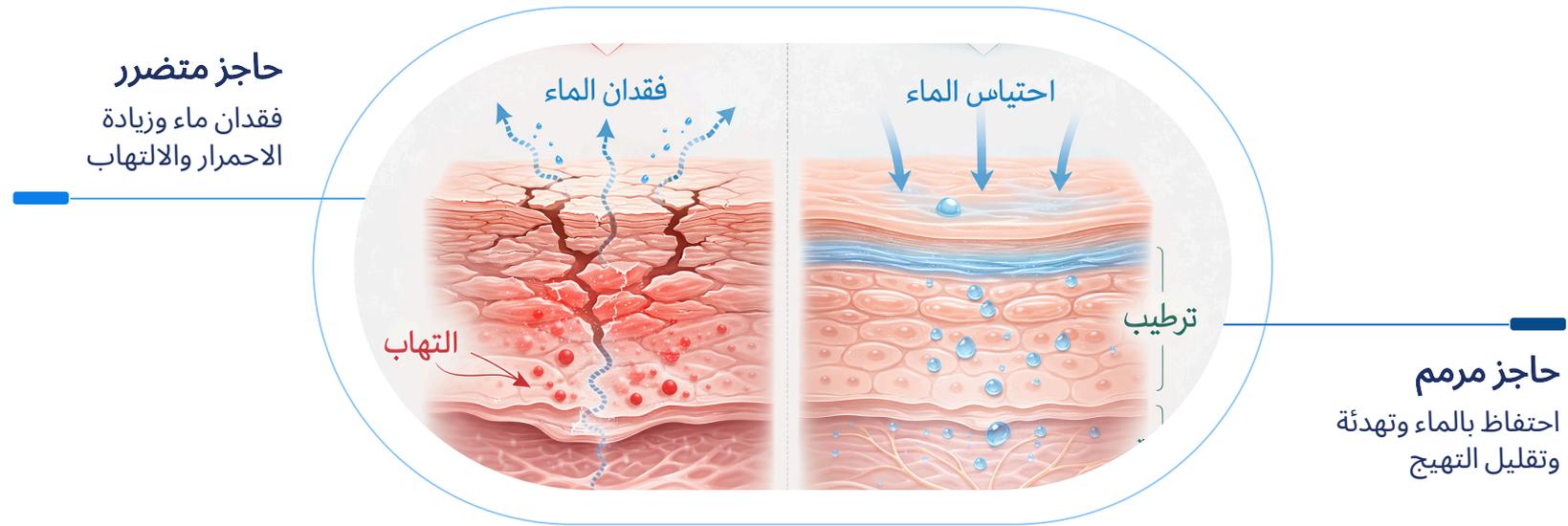


الكريم المرهم (Barrier Repair)

ما يميز المرهم عن المرطب:

المرهم يختلف عن المرطب في أنه يعمل على:

إصلاح حاجز البشرة وتقليل فقدان الماء عبر الجلد (TEWL).



مكونات الكريم المرهم

أهم المكونات الموجودة فيه:



Ceramides



Fatty acids



Centella asiatica



Cholesterol



Panthenol



Madecassoside

هذه المكونات تساعد على إعادة بناء الحاجز الجلدي وتقليل فقدان الماء.

أمثلة على كريمات مرمة



La Roche-Posay

Cicaplast Baume B5



Avène

Cicalfate Repair Cream



Bioderma

Cicabio Cream

أمثلة على مرطبات ومرممات بنفس الوقت



Derma B
CeraMD Repair Cream



ATOPALM
Panthenol



PURITO
Dermide



PURITO
Wonder Releaf

أمثلة على مرطبات خفيفة مهدئة



○ iUNIK Centella Calming Gel Cream



○ PURITO Oat-In

خلاصة سريعة

01

إذا كانت المشكلة: جفاف بسيط
والبشرة دهنية أو مختلطة
استخدم مرطب خفيف

02

إذا كانت المشكلة: تهيج أو ضعف في
حاجز البشرة ويوجد جفاف وتقشير
وتحسس
استخدم كريم مرطب + مرهم

03

إذا كانت المشكلة: تقشير واضح،
احمرار، وإحساس باللسع والبشرة لا
تتحمل المنتجات
استخدم كريم مرطب قوي