

Варианты домашнего ухода для различных  
типов кожи на основе продукции  
Лаборатории Angiopharm

ALISA FURMAN EDUCATION

# Типы и особенности кожи

## Себопродукция (сухость & жирность)

- Себопрофицитная (склонная к жирности)
- Себодефицитная (склонная к сухости)
- Сухость вследствие нарушенного защитного барьера (может наблюдаться и у себопрофицитной кожи)

## Чувствительность

- Врожденная чувствительность
- Акне
- Розацеа
- Чувствительность вследствие нарушенного защитного барьера
- Ретиноевый дерматит

## Наличие гиперпигментации

- Мелазма
- Хлоазма
- Посттравматическая гиперпигментация
- Застойные пятна постакне
- Старческая гиперпигментация
- Неровный тон кожи, серость

## Возрастные изменения

- Поверхностные морщины
- Глубокие морщины
- Потеря упругости
- Снижение тургора
- Нарушение овала лица
- Птоз

# Базовый уход

МЯГКОЕ ОЧИЩЕНИЕ

Гидрофильное масло / Очищающее молочко  
/ Мицеллярная вода + Пенка / Гель / Мусс

# Базовый уход

ДЕЛИКАТНАЯ ЭКСФОЛИАЦИЯ

Энзимы / Кислоты /  
Мягкие абразивные частички

# Базовый уход

ПОДДЕРЖКА ЗАЩИТНОГО БАРЬЕРА

Физиологические липиды / Биотики /  
Ламеллярные эмульсии / DMS

# Базовый уход

ЗАЩИТА ОТ УЛЬТРАФИОЛЕТА

Солнцезащитные фильтры / Антиоксиданты

# Растительные масла

ПОДДЕРЖКА ЗАЩИТНОГО БАРЬЕРА

Инка инчи, семян черной смородины,  
рисовых отрубей, облепиха

# Растительные масла

КОРРЕКЦИЯ СУХОСТИ

Ши, макадамия, манго, маной, какао, бабассу,  
аргана, облепиха, зародышей пшеницы,  
жожоба, грецкого ореха

# АКТИВНЫЙ УХОД

КОРРЕКЦИЯ СУХОСТИ

Sodium Hyaluronate, Polydeoxyribonucleotide, Sodium PCA, Urea, Glycerin, Glyceryl Glucoside, Betaine, Serine, Glycine, Glutamic Acid, Alanine, Lysine, Arginine, Threonine, Proline, Acetyl Hexapeptide-37, Hydrolyzed Yeast Extract, Saccharide Isomerate, Biosaccharide Gum-1, AQUAXYL™, MultiEx BSASM™, Cellike™

# АКТИВНЫЙ УХОД

КОРРЕКЦИЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ /  
РОЗАЦЕА

Acetyl Tetrapeptide-15, Acetyl Dipeptide-1 Cetyl Ester, Acetyl Tetrapeptide-40, SyriCalm™, MultiEx Rosanic™, PhytoDefense CLR™, Azelaic Acid (коррекция воспалений при папуло-пустулезной форме розацеа)

# АКТИВНЫЙ УХОД

КОРРЕКЦИЯ ЖИРНОСТИ

Niacinamide, AC.NET™, Sebaryl®, Sebustop®,  
Seboxyl®, Zinc PCA, Azelaic acid, Salicylic acid

# АКТИВНЫЙ УХОД

КОРРЕКЦИЯ ВОСПАЛЕНИЙ

Niacinamide, AC.NET™, Sebaryl®, Sebustop®,  
Seboxyl®, Zinc PCA, Salicylic Acid, Mandelic  
Acid, Azelaic Acid, Azelamide MEA, Retinal,  
растительные масла (инка инчи, семян  
черной смородины, ним, лавра, рисовых  
отрубей)

# АКТИВНЫЙ УХОД

КОРРЕКЦИЯ ГИПЕРПИГМЕНТАЦИИ

Niacinamide, Acetyl Glucosamine, Ferulic Acid, Resveratrol, L-Carnosine, Retinal, Retinyl Retinoate, Hydroxypinacolone Retinoate, Azelaic Acid, 3-O Ethyl Ascorbic Acid), Saccharomyces/Xylinum/Black Tea Ferment, Hydrolyzed Candida Saitoana Extract, Oryza Sativa Extract, Citrus Limonum Extract, Hedera Helix Extract, White Mulberry Extract, Vaccinium Vitis-Idaea Fruit Extract, Carum Petroselinum (Parsley) Extract.

# АКТИВНЫЙ УХОД

КОРРЕКЦИЯ ВОЗРАСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ

Ferulic Acid, Resveratrol, L-Carnosine, Retinal, Retinyl Retinoate, Hydroxypinacolone Retinoate, Saccharomyces/Xylinum/Black Tea Ferment, Hydrolyzed Candida Saitoana Extract, Acetyl Tetrapeptide-2, Acetyl Hexapeptide-8, Palmitoyl Pentapeptide-4, Sh-Polypeptide-82, Copper Tripeptide-1, Dimethyl MEA, MultiEx Phytrogen™

- Следующие комбинации средств являются лишь ориентиром, нет 100% гарантии, что они подойдут всем. Важно помнить, что каждый уход обязательно должен быть адаптирован под тип особенности кожи конкретного человека.
- Вы также можете заменить базовые средства в предложенных комбинациях, если в этом есть необходимость, либо данные продукты уже имеются в наличии.

# Себодефицитная (склонная к сухости) кожа

## Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себодефицитная (склонная к сухости) кожа Вечерний уход



# Себодефицитная чувствительная кожа (например, курс системных ретиноидов) Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себоредефицитная чувствительная кожа Вечерний уход



# Себоредефицитная чувствительная кожа (розацеа) Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себоредефицитная чувствительная кожа (розацеа) Вечерний уход



\*В дни азелаиновой кислоты  
используем после очищения  
только ее + крем



\*В дни без азелаиновой  
кислоты



\*В дни без азелаиновой  
кислоты



\*Можно заменить на  
церамидный, либо крем для  
чувствительной кожи

# Себоредефицитная чувствительная кожа (розацеа)

- Средства с азелаиновой кислотой могут применяться как утром, так и вечером (все зависит от клинической картины)
- Наносятся на сухую чистую кожу, спустя 20 минут поверх можно нанести крем
- Применяются 2-3 раза в неделю (как профилактика, в оставшиеся дни повторяется утренний уход), либо на ежедневной основе
- Для гиперчувствительной кожи актуальнее версия с 10% актива



# Себодефицитная пигментированная кожа

## Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себодефицитная пигментированная кожа Вечерний уход



\*Можно поменять местами с сывороткой Вит С, либо использовать их курсами (чередуя)



\*Можно заменить на керамидный крем, если сухость ярко выражена

# Себодефицитная возрастная кожа

## Утренний уход



\*Можно курсово чередовать с lifting серией (она актуальнее для усталого и деформационного типов старения), при интенсивных проявлениях сухости можно использовать керамидный крем

\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себодефицитная возрастная кожа

## Вечерний уход



\*В вечерний уход можно ввести ретиноиды (наносим на сухую чистую кожу, спустя 15-20 минут закрываем кремом по желанию), либо повторять утренний уход (мультипептидная / лифтинг серия)

# Себодефицитная возрастная кожа с гиперпигментацией

## Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себодефицитная возрастная кожа с гиперпигментацией

## Вечерний уход



\*В вечерний уход также можно ввести ретиноиды (серия retisole anti age)

# Себодефицитная кожа Эксфолиация

Эксфолиация производится 1-2 раза в 7-10 дней, в зависимости от особенностей конкретной кожи. Механическая эксфолиация (энзимная пудра) не применяется при наличии активных воспалений! Энзимная пудра применяется на этапе очищения (вместо вашей пенки / геля), остальные средства наносятся на сухую очищенную кожу (далее используем согласно инструкции)



# Себопрофицитная (склонная к жирности) кожа

## Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себопрофицитная (склонная к жирности) кожа Вечерний уход



Если жирность достаточно интенсивная, можно ввести в уход небольшую концентрацию ретиналя (mild)

Если беспокоят лишь единичные высыпания или ретиноиды на данный период под запретом, можно рассмотреть вариант с 10% азелаиновой кислоты

# Себопрофицитная чувствительная кожа

## Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себопрофицитная чувствительная кожа Вечерний уход



Если жирность достаточно интенсивная, можно ввести в уход небольшую концентрацию ретиналя (mild)

Если беспокоят лишь единичные высыпания или ретиноиды на данный период под запретом, можно рассмотреть вариант с 10% азелаиновой кислоты

# Себопрофицитная чувствительная кожа (акне) Утренний уход



\*Если присутствует ощутимая сухость, стоит отдать предпочтение крему омега 3-6-9

\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себопрофицитная чувствительная кожа (акне) Вечерний уход



Первая линия выбора - ретиальдегид

Если ретиноиды на данный момент под запретом, то стоит отдать предпочтение средству с 20% азелаиновой кислоты

# Себопрофицитная чувствительная кожа (ретиноевый дерматит) Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себопрофицитная чувствительная кожа (ретиноевый дерматит) Вечерний уход



\*Вариант крема при ярко выраженной сухости

# Себопрофицитная чувствительная кожа (розацеа) Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себопрофицитная чувствительная кожа (розацеа) Вечерний уход



Первая линия выбора - азелаиновая кислота

% активного вещества подбирается, исходя из степени чувствительности и индивидуальной переносимости данного актива

ALISA FURMAN EDUCATION

# Себопрофицитная пигментированная кожа

## Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себопрофицитная пигментированная кожа Вечерний уход



Первая линия выбора - ретиноиды

Если ретиноиды на данный момент под запретом, то стоит отдать предпочтение средству с азелаиновой кислоты

Если кожа чувствительная и на данном этапе не хочется использовать кислоты и ретиноиды, можно подключить детокс сыворотку

# Себопрофицитная возрастная кожа

## Утренний уход



Себопрофицитная кожа чаще всего имеет усталый и деформационный типы старения из-за ярко выраженной подкожно-жировой клетчатки.

Для них наиболее актуальны лифтинг и лимфодренажная линейки.

Мультipeпидная линейка также будет уместна, подходит для курсового чередования с лифтинг средствами.

# Себопрофицитная возрастная кожа Вечерний уход



Ретиноиды могут применяться как на ежедневной основе, так и 3-4 раза в неделю  
В дни без ретиноидов дублируем утреннюю рутину в вечерний уход

ALISA FURMAN EDUCATION

# Себопрофицитная возрастная кожа с гиперпигментацией

## Утренний уход



\*Можно наносить сразу на сыворотку, если комбинация крем + SPF слишком плотная

# Себопрофицитная возрастная кожа с гиперпигментацией

## Вечерний уход



Можно пойти по пути ретиноидов, либо использовать в вечернем уходе комбинацию детокс сыворотки и отбеливающего крема

# Себопрофицитная кожа Эксфолиация

Эксфолиация производится 1-2 раза в 7-10 дней, в зависимости от особенностей конкретной кожи. Механическая эксфолиация (энзимная пудра, микропилинг) не применяется при наличии активных воспалений!

Энзимная пудра используется на этапе очищения (вместо вашей пенки / геля), остальные средства наносятся на сухую очищенную кожу (микропилинг на влажную после очищения), далее согласно инструкции.



# Дополнительный уход Периорбитальная область



## EYE LIGHT CREAM

Направлен на увлажнение, повышение эластичности и упругости кожи, способствует разглаживанию поверхностных мимических морщин, улучшению микроциркуляции, обладает осветляющим и лимфодренажным действием, актуален для коррекции отеков и темных кругов под глазами.



## EYE MULTYPEPTIDE ANTI AGING CREAM

Интенсивно увлажняет, питает и укрепляет кожу вокруг глаз, оказывает осветляющее и лимфодренажное действие, разглаживает поверхностные мимические морщины, способствует устранению отеков и темных кругов, восстанавливает барьерные функции кожи.

# Дополнительный уход Зона шеи & декольте



## LIFTING NECK & DECOLETTE CREAM

Оказывает увлажняющее, антиоксидантное, омолаживающее и укрепляющее действие, усиливает синтез компонентов дермального матрикса, способствует уменьшению выраженности морщин, уплотняет и повышает упругость кожи.

# Дополнительный уход

## Карбокситерапия



- Задачи: улучшение микроциркуляции, выравнивание тона, укрепление сосудистой стенки, увлажнение, улучшение тонуса, коррекция расширенных пор.
- Целевая аудитория: любой тип себопродукции, акне, розацеа, купероз, гиперпигментация, возрастные изменения.
- Актуальный курс 5-10 процедур по 1-2 в неделю (2 курса в год), также может применяться на постоянной основе (раз в 1-2 недели)
- Используем после очищения, остатки по окончании процедуры смываем теплой водой и наносим уход по типу кожи.

# Дополнительный уход

## Маски



- Задачи: деликатное отшелушивание, коррекция гиперкератоза, комедонолитическое действие, сужение пор, антиоксидантная защита, выравнивание тона, увлажнение.
- Целевая аудитория: любой тип себопродукции, акне, сухость, гиперпигментация, возрастные изменения.
- Используем после очищения, остатки по окончании процедуры смываем теплой водой и наносим уход по типу кожи.

# Дополнительный уход Маски



- Задачи: выраженное увлажняющее, питательное, успокаивающее и противовоспалительное действие, снижение эритемы, улучшение микроциркуляции, укрепление капилляров.
- Целевая аудитория: повышенная чувствительность, купероз
- Используем после очищения, остатки по окончании процедуры смываем теплой водой и наносим уход по типу кожи.



- Задачи: снижение чувствительности кожи, устранение зуда, жжения, эритемы и дискомфорт, успокаивающее, смягчающее, противовоспалительное и регенерирующее действие.
- Целевая аудитория: повышенная чувствительность, сухость.
- Используем после очищения, остатки по окончании процедуры смываем теплой водой и наносим уход по типу кожи.

# Дополнительный уход

## Маски



- Задачи: коррекция гиперпигментации, выравнивание тона, очищение и сужение пор, уменьшение воспалений и эритемы.
- Целевая аудитория: любой тип себопродукции, акне, розацеа, гиперпигментация.
- Используем после очищения, остатки по окончании процедуры смываем теплой водой и наносим уход по типу кожи.



- Задачи: очищение и сужение пор, себорегуляция, сокращение воспалений, выравнивание тона, коррекция постакне.
- Целевая аудитория: себопрофицитная, проблемная кожа.
- Используем после очищения, остатки по окончании процедуры смываем теплой водой и наносим уход по типу кожи.

# Дополнительный уход

## Маски



- Задачи: ускорение регенерации, интенсивное питание и увлажнение, выраженное успокаивающее и противовоспалительное действие, выравнивание цвета лица, устранение признаков усталости.
- Целевая аудитория: возрастная кожа, склонность к сухость.
- Используем после очищения, остатки по окончании процедуры смываем теплой водой и наносим уход по типу кожи.



- Задачи: интенсивное увлажнение, стимулирование синтеза гиалуроновой кислоты, усиление барьерных функций кожи, успокаивающее и противовоспалительное действие.
- Целевая аудитория: себоредефицитная кожа, возрастная.
- Используем после очищения, остатки по окончании процедуры смываем теплой водой и наносим уход по типу кожи.

# Дополнительный уход

## Маски



- Задачи: коррекция отечности, улучшение микроциркуляции, выравнивание тона, укрепление сосудов.
- Целевая аудитория: Кожа, склонная к жирности и отечности, усталый и деформационный типы старения.
- Используем после очищения, остатки по окончании процедуры смываем теплой водой и наносим уход по типу кожи.

- Липидотерапия (восстановление защитных функций кожи) <https://www.youtube.com/watch?v=Lc7irWcvcw0>
- Готовые протоколы подготовки кожи к важным мероприятиям <https://youtu.be/cWEu0ugYGUY>
- Использование ретиноидов в домашнем уходе <https://youtu.be/04ytvjODe9o>
- Обучение <https://alisafurman.ru/>
- Telegram [https://t.me/alisa\\_furman](https://t.me/alisa_furman)
- VK <https://vk.com/club210882484>
- YouTube Alisa Furman
- @furman.alisa

ALISA FURMAN EDUCATION



