

میسلا رواتر چیست و چرا باید از آن استفاده کنیم؟

## محلولی برای زدودن آلودگی‌ها



میسلا رواتر مایعی بی‌رنگ و

### ترجمه:

باسمین ثریا

ما خرید این محصول آرایشی-سپه‌داشتی را پول دور ریختن می‌پنداریم چون برایمان این معنی را می‌دهد که داریم پول یک بطری آب را می‌دهیم البته به قیمت ۵۰ برابر. این تصور اصلا درست نیست چراکه میسلا رواتر واقعا برای پوست خوب است. به همین دلیل در ادامه به شما می‌گوییم که میسلا رواتر چیست؟ دقیقا از چه تشکیل شده است؟ چه فوایدی برای پوست دارد؟ آیا وجود آن روی میز آرایش نسبت به انواع مشابهش می‌ارزد یا نه؟ و... پس تا انتهای این مقاله با ما باشید.

### میسلا رواتر چیست؟

میسلا رواتر یا میسلا کلینزینگ واتر، محلولی با پایه آبی است که فقط خاصیت آب ساده را ندارد بلکه این محلول ساده تاثیرات شگرفی بر پوست می‌گذارد، از جمله زدودن هرگونه آلودگی از پوست.

### کارکردهای میسلا رواتر

- ❖ نرم کردن پوست
- ❖ پاک کردن پوست
- ❖ زدودن بافت مرده
- ❖ زدودن هرگونه آلودگی از سطح پوست
- ❖ زدودن سبوم (چربی) اضافه از پوست
- ❖ زدودن عرق از پوست
- ❖ زدودن خردهای چسبیده ریمل از زیر چشم
- ❖ زدودن ذرات چسبیده کرم پودر از پوست

### میسلا رواتر در خود چه دارد؟

میسلا در اصطلاح شیمیایی به گوی‌های کوچکی گفته می‌شود که کنار هم جمع شده‌اند، یک دسته کروی بزرگ‌تر را تشکیل داده و در یک محلول پخش شده‌اند. این دسته‌ها پر از کره یا میسل می‌تواند با برخی مواد وارد پیوند شود. میسلا رواتر هم، همان‌طور که از اسمش پیداست، محلولی پر از میسل‌های کوچک است.

### میسلا رواتر از چه تشکیل شده است؟

میسلا رواتر محلول آبی کارآمدی حاوی گلیسرین و سورفکتانت‌های ملایم است. مولکول‌های سورفکتانت کنار هم اجسام کروی ریزی به نام میسل را تشکیل می‌دهند که در بالا، نحوه عملکردشان را توضیح دادیم. برای درک بیشتر نحوه عمل میسلا رواتر باید بگوییم که میسل‌های این محلول آبی از نظر شیمیایی دو بخشی‌اند:

❖ آب دوست

❖ چربی دوست

به این ترتیب سرهای چربی دوست میسل‌ها به انواع مولکول‌های آلودگی، که ماهیت چربی دارند، می‌چسبند. از طرفی سر آب دوست هم دارند. بخش آب دوست که با پیوندهای آب درگیر است، قسمت چربی دوست را که به انواع آلودگی چسبیده است با خود به سمت مولکول‌های آب می‌کشاند. به همین لطافت، میسلا رواتر انواع چربی، مواد آرایشی، عرق و خلاصه کثیفی را از روی پوست شما بلند می‌کند.

**میسلا رواتر**  
**نمته‌ها آلودگی را**  
**از پوست می‌برد،**  
**بلکه سبب نرمی**  
**آن می‌شود و**  
**اصلا پوست را**  
**خشک نمی‌کند.**  
**به عبارتی میسلا**  
**واتر نقص**  
**عمده صابون‌که**  
**تمام روغن‌های**  
**طبیعی متشرحه**  
**از پوست را**  
**می‌شست و**  
**می‌برد را برطرف**  
**کرده است**

### آیا میسلا رواتر را باید آب کشی کنیم؟

شاید فکر کنید، بعد از استفاده از میسلا رواتر باید صورت را آب کشی کنید. این تصور غلط است و خیر خوش این‌که نیازی نیست بعد از کشیدن پنبه آغشته به میسلا رواتر صورت را یکبار دیگر با آب بشوید زیرا مواد موثر میسلا رواتر آنقدر ملایم‌اند که ضرری برای پوست ندارند و نیازی نیست از روی پوست شسته شوند.

### میسلا رواتر را چطور استفاده کنیم؟

برای استفاده از میسلا رواتر باید ابتدا با محلول‌های پاک‌کننده آرایش، آرایش‌تان را پاک کنید، سپس:

۱. یک گلوله پنبه تمیز بردارید.
۲. مقداری میسلا رواتر روی آن بریزید.
۳. حالا تمیزکاری را شروع کنید.
۴. پنبه را به آرامی روی پوست‌تان بکشید.
۵. کار شما با میسلا رواتر زمانی تمام شده که آلودگی جدیدی به پنبه نچسبد. ■

منابع: realsimple.com

allure.com, garnierusa.com

دیده‌اید، وقتی کرم پودرهای گرم را می‌زنید و صورت‌تان را پاک می‌کنید، صبح بعد از بلند شدن رو بالشی‌تان پر از لکه کرم پودر شده است! برای رفع این مشکل باید به این محلول کارآمد یعنی میسلا رواتر رویابوید. میسلا رواتر ذرات ریز و چسبنده کرم پودر را به راحتی از پوست پاک می‌کند.

### میسلا رواتر چطور پوست را سالم نگه می‌دارد؟

میسلا رواتر با مکانیسم پاک‌کنندگی غیرصابونی پروتئین‌ها و روغن‌های طبیعی پوست را حفظ می‌کند و به‌لایه محافظ پوست آسیب نمی‌رساند. در نتیجه استفاده مداوم از آن به جای صابون، سب شادابی و جوانی پوست می‌شود.

که تمام روغن‌های طبیعی متشرحه از پوست را می‌شست و می‌برد را برطرف کرده است.

### من محلول کلینز دارم، همان کافی نیست؟

نه! باید یک میسلا رواتر هم بخرید. اثربخشی میسلا رواتر به دلیل میسل‌های پخش شده در آن است. بنابراین نمی‌توانید از یک کلینز ساده، توقع اثربخشی خارق‌العاده میسلا رواتر را داشته باشید.

### قدرت پاک‌کنندگی میسلا رواتر چقدر است؟

تقریبا ۲ برابر. میسلا رواتر می‌تواند سمج‌ترین ذرات آلودگی را از پوست شما پاک کند. حتما

میسلا رواتر از کجا آمده است؟ از پاریس. قدیم‌ها مردم پاریس متوجه شده بودند که آب شهر پاریس، خیلی پوست آنها را خشک و زبر می‌کند و استفاده از منابع آب پاریس برای پوست واقعا بد بود. کم‌کم تاجرانی که در صنعت آرایش مشغول بودند، محلولی برای شستشوی صورت ابداع کردند که دیگر پوست را خشک نکند. بعدا فروش این محصول به دیگر بخش‌های اروپا گسترش پیدا کرد، از اقیانوس‌ها گذشت و به آمریکا رسید و حالا در فضای مجازی یکی - دو سالی است که در ایران هم محبوب شده است.

### میسلا رواتر از کجا آمده است؟

از پاریس. قدیم‌ها مردم پاریس متوجه شده بودند که آب شهر پاریس، خیلی پوست آنها را خشک و زبر می‌کند و استفاده از منابع آب پاریس برای پوست واقعا بد بود. کم‌کم تاجرانی که در صنعت آرایش مشغول بودند، محلولی برای شستشوی صورت ابداع کردند که دیگر پوست را خشک نکند. بعدا فروش این محصول به دیگر بخش‌های اروپا گسترش پیدا کرد، از اقیانوس‌ها گذشت و به آمریکا رسید و حالا در فضای مجازی یکی - دو سالی است که در ایران هم محبوب شده است.

### میسلا رواتر را برای پوست مفیدند؟

میسلا رواتر نه تنها آلودگی را از پوست می‌برد بلکه سبب نرمی آن می‌شود و اصلا پوست را خشک نمی‌کند. به عبارتی میسلا رواتر نقص عمده صابون

میسلا رواتر را برای پوست مفیدند؟ همان‌طور که گفتیم، میسل‌ها می‌توانند با برخی مواد، پیوند تشکیل بدهند. در مورد پوست،

## آیا روگین (Rogaine) به رشد بهتر ابروها کمک می‌کند؟

### ترجمه:

ندا احمدلو

تمایل شدید خیلی از خانم‌ها به داشتن ابروهای بی‌نقص گاهی اوقات آنها را به سوی ترندهای نامتعارفی می‌کشاند که در همه موارد هم به نتیجه مطلوب نمی‌رسند. البته این ترندها نیز روز به روز در حال پیشرفت و تغییر هستند و راهکارهای تازه‌ای را پیش پای افراد می‌گذارند. یکی از جدیدترین ترندها برای داشتن ابروهای کامل‌تر و بی‌نقص، استفاده از روگین (Rogaine) است؛ یعنی همان داروهای محبوبی که برای رشد مجدد موهای روی سر کاربرد دارد اما آیا استفاده از روگین واقعا نتیجه‌بخش است؟ آیا چنین استفاده‌ای با عارضه‌های جانبی همراه می‌شود یا نه؟ در ادامه از یک متخصص پوست و یک متخصص آسیب‌شناسی و ریشه‌یابی علل ریزش مو (Trichology) درخواست کرده‌ایم تا ما را در این زمینه راهنمایی کنند.

### روگین چیست؟

روگین (نام عمومی آن: ماینوکسیدیل) از داروهای موضعی برای رشد موهاست. درحالی‌که نحوه عملکرد روگین هنوز به‌صورت کاملا واضح مشخص نیست، محققان بر این باورند که این ماده به منسب کردن رگ‌های خونی پوست سر کمک می‌کند و از این طریق هم عملکرد فولیکول‌های مو را بهبود می‌بخشد و هم پوست سر را برای رشد موها تحریک می‌کند.

### آیا می‌توان از روگین برای ابروها استفاده کرد؟

همان‌طور که شاید بدانید، روگین یا اساسا ماینوکسیدیل برای پوست سر کاربرد دارد و به‌واسطه ظرفیت ویژه‌اش برای تقویت رشد موهای سر شناخته می‌شود. این ماده هم موها را به رشد مجدد وادار می‌کند و هم از ریزش موی بیشتر در آینده جلوگیری خواهد کرد. این ماده در دو نوع در دسترس است؛ نوع ۲ درصد و نوع ۵ درصد. متخصصان پوست معمولا در صورت لزوم به مراجعان خودشان توصیه می‌کنند که استفاده از ماینوکسیدیل را با نوع ۲ درصد شروع کنند. البته اگر بعد از مدت مشخصی هیچ نتیجه مطلوبی حاصل نشد، نهایتا می‌توان از ماینوکسیدیل قوی‌تری استفاده کرد بنابراین بالفرض اگر قرار باشد کسی از روگین برای ابروهایش استفاده کند، باید نکات مهمی را در نظر بگیرد.

برای استفاده از روگین باید به برنامه استفاده دقیق و منظم از آن پایبند باشید. این یعنی روگین باید هر روز به‌درستی استفاده شده و از چوب‌های آرایشی باکیفیت و مناسب برای به‌کارگیری آن کمک گرفته شود. نکته مهم اینکه قطع مصرف محصول یا استفاده بدون برنامه از آن واقعا می‌تواند روند اثرگذاری آن را دچار اختلال کند و حتی در مواردی به ریزش موی بدون امکان رشد مجدد موها منتهی شود. بنابراین اگر به استفاده از روگین برای ابروها فکر می‌کنید، هرگز نباید این نکته مهم را فراموش کنید.

دکتر پنی جیمز (تریکولوژیست) می‌گوید: «بیشتر متخصصان هرگز استفاده از روگین یا انواع ماینوکسیدیل را برای هیچ قسمتی از بدن جز پوست سر توصیه نمی‌کنند چراکه این ماده فقط در گروه داروهای موضعی برای پوست سر قرار می‌گیرد.» ضمن اینکه پوست اطراف ابروها بسیار نازک است و سازمان غذا و داروی آمریکا (FDA) هم استفاده از آن را فقط برای پوست سر تایید کرده است. خود موهای سر و موهای ابرو نیز با یکدیگر تفاوت دارند و چرخه‌های رشدشان هم متفاوت است. موهای ابرو بیشتر به موهای مژه شباهت دارند و میزان شباهت آنها به موهای سر در کمترین حد ممکن است.

### عوارض جانبی استفاده از روگین برای ابروها

تردید نیست که خیلی از خانم‌ها به هر قیمتی می‌خواهند ابروهای بی‌نقص و کاملا پُری داشته باشند. با این حال، همه آنها باید از خودشان پرسند که اگر بعضی از راهکارها با علائم نامناسبی همراه باشند، آیا باز هم باید به این راهکار پایبند بود؟

مطالعات انجام‌شده در این زمینه فعلا بسیار محدود هستند و از عوارض جانبی حداقلی حرف می‌زنند اما متخصصان پوست می‌گویند که استفاده از روگین برای ابروها برابر است با قرارگیری پوست در معرض خطر ابتلا به تورم و التهاب، لکه‌های قرمز پوستی و خارش مزمن پوست. وقتی که روگین برای هر جایی به‌غیر از پوست سر استفاده شود، احتمال وارد شدن این ماده درون چشم وجود دارد و چنین اتفاقی قطعاً مشکل‌ساز خواهد شد. حتی ممکن است که موهای اضافی آزاددهنده‌ای در اطراف ابروها رشد کنند و پوست شما نیز دچار خشکی عمومی شود. نکته دیگر اینکه ماینوکسیدیل در گروه ترکیبات خشک‌کننده قرار می‌گیرد و حتی بعضی از افرادی که از آن برای پوست سر استفاده می‌کنند نیز دچار شوره سر می‌شوند. بنابراین این خصلت خشک‌کننده ماینوکسیدیل در صورت تماس با موهای ابرو و پوست حساس و ظریف صورت قطعاً شما را دچار خشکی پوست آزاددهنده خواهد کرد.

### آیا استفاده از روگین نتیجه‌ای دارد؟

به‌گفته دکتر هدلی کینگ، متخصص پوست، استفاده از روگین برای ابروها شما را در معرض خطر ابتلا به سوختگی، خشکی، خارش، قرمزی، پوسته‌ریزی و رشد موهای زائد قرار می‌دهد اما شاید در نهایت پس از بارها تلاش به نتیجه هم برسد. بنابراین هرگز استفاده از روگین برای ابروها توصیه نمی‌شود. این متخصص تاکید می‌کند که همه این نکات به ما می‌گویند هرگز نباید از روگین برای ابروها استفاده کرد. ■

منبع: Byrdie

## آیا انتقال ویروس کرونا از طریق اشک امکان‌پذیر است؟

### ترجمه:

عفت عباسیان

براساس تحقیقی که به تازگی انجام گرفته، اشک فردی که به ویروس کرونا مبتلا شده، می‌تواند مسری باشد، بنابراین باید هوشیارتر باشید و از دست زدن به چشم‌ها اجتناب کنید. از آنجا که کووید-۱۹ یک بیماری نوظهور محسوب می‌شود، دانشمندان به‌طور مرتب به کشفیات جدیدی در مورد آن دست می‌یابند. در ابتدای این همه‌گیری، گزارش شده بود که ویروس از طریق قطرات ریز تنفسی فرد ناقل یا بیمار سرایت می‌کند اما طبق تحقیقی که به تازگی انجام گرفته، اشک نیز می‌تواند مسری باشد.

### ویروس کرونا می‌تواند برای مدت طولانی در چشم‌ها باقی بماند

چند مورد از این حالت در افرادی که علائم چشمی کووید-۱۹ را داشته‌اند، گزارش شده است. به عنوان مثال زنی از ووهان چین، نقطه آغاز این بیماری همه‌گیر، در ۲۳ ژانویه به ایتالیا سفر کرد. ۳ روز پس از رسیدن، وی علائم بیماری را احساس کرد و روز بعد در بیمارستان بستری شد. این زن، سرفه خشک، گلودرد و بینی چرکی داشت و همچنین چشم‌هایش قرمز و عفونی شده بودند. از آنجایی که علائم چشمی از بین نمی‌رفت، پزشکان در روز سوم بستری این زن در بیمارستان شروع به بررسی این علائم کردند. آنها هر روز اشک و کلامایعاتی که از چشم او خارج می‌شد را جمع می‌کردند. هر نمونه آزمایش شده، وجود ماده ژنتیکی SARS-CoV-۲ را نشان می‌داد. ۲۱ روز بعد، اثری از ویروس در اشکهای وی باقی نماند و جالب اینکه ۵ روز بعد این علائم دوباره ظاهر شدند. درحقیقت مواد ژنتیکی ویروس خیلی بیشتر از بینی، در چشم‌های وی یافت شدند.



اقدامات احتیاطی دانشمندی که در این مطالعه حضور داشتند، با سوالات بی‌شماری مواجه شدند، از جمله اینکه اگر فردی به ویروس مبتلا شود، تکلیف بهبودی و مداوای وی چه خواهد شد، آن هم درحالی‌که ویروس در چشم‌ها باقی بماند. این مطالعه به آنها نشان داد مخاط چشمی و نیز اشک‌های فرد مبتلا نیز می‌تواند مسری باشد. به همین دلیل آنها به چشم‌پزشکان توصیه می‌کنند هنگام معاینه چشم‌ها، کاملا مجرب و وسایل ایمنی شخصی باشند چون مخاط چشمی علاوه بر اینکه می‌تواند محلی برای ورود ویروس باشد، این قابلیت را دارد که به محلی برای تجمع عفونت تبدیل شود. دانشمندان در ادامه اضافه می‌کنند که علائم التهاب ملتحمه نیز می‌تواند نشانه‌ای از کووید-۱۹ باشد که باید مراقب آن باشید.

قرمزی چشم یا التهاب ملتحمه، التهاب و عفونت پرده شغافی است که زیر پلک‌ها و قسمت‌هایی از کره چشم را پوشانده است. علل قرمزی چشم معمولا عفونت‌های ویروسی یا باکتریایی است یا می‌تواند حساسیت باشد و در نوزادان می‌تواند به عدم ایجاد سوراخ مجاری اشکی مرتبط باشد. این بیماری ممکن است منجر به بروز احساس وجود خارجی در یک یا هر دو چشم شود، به‌گونه‌ای که خود فرد احساس می‌کند قادر به بیرون آوردن جسم خارجی نیست، زمانی که فرد از خواب بیدار می‌شود، ممکن است چشم وی پر از ترشحات باشد. سفیدی چشم نیز به نظر قرمز آمده و فرد منظره‌ای را می‌بیند که قبلا در چشم وجود نداشته است.

وجود التهاب سبب می‌شود عروق کره چشم در مقایسه با قبل بیشتر مشخص شوند و همین عامل سبب می‌شود سفیدی چشم قرمز به نظر برسد. قرمزی چشم اصطلاحی است که معمولا برای بیان وجود التهاب ملتحمه به کار می‌رود.

به نظر می‌رسد بروز التهاب علاوه بر ایجاد قرمزی روی بینایی نیز گاهی تأثیر می‌گذارد. اگر فردی دچار قرمزی چشم شد با انجام اقدامات خاصی می‌تواند شکایات خود را برطرف کند ولی از آنجایی که قرمزی چشم می‌تواند مسری باشد بنابراین باید هرچه سریع‌تر تحت درمان قرار گیرد. این درمان سریع به‌خصوص در سنین قبل از مدرسه که کودک می‌تواند به التهاب ملتحمه باکتریایی یا ویروسی مبتلا شود بسیار مهم است.

از همان شروع همه‌گیری کرونا، پزشکان کنار تمام تدابیر امنیتی برای جلوگیری از ابتلا به ویروس، همواره توصیه می‌کنند که چشم‌ها را لمس نکنید چون درحقیقت، اگر ویروس روی دست‌ها وجود داشته باشد، به راحتی می‌تواند از طریق چشم‌ها وارد بدن شود. مخاط چشمی بهترین میزبان ویروس خواهد بود، بنابراین وقتی از پاکیزگی دست‌هایتان اطمینان ندارید، به هیچ‌عنوان چشمان‌تان را لمس نکنید. ■