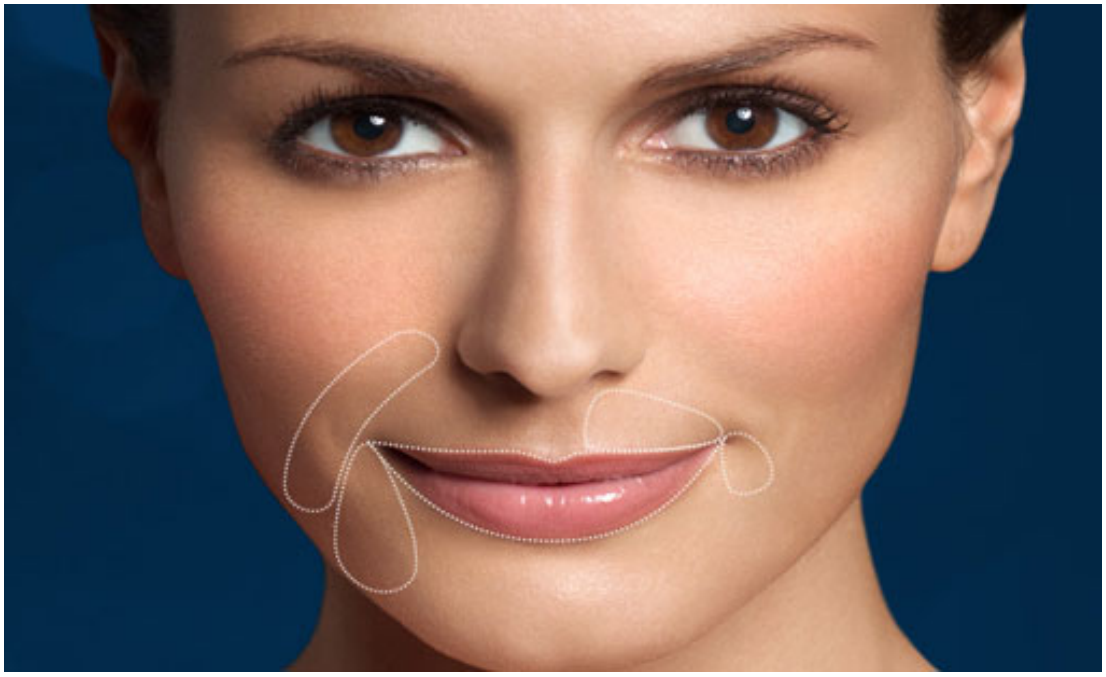
7 حيل للقضاء على تجاعيد الضحك



◄على خلاف مُسمّاها، لا تنشأ تجاعيد الضحك نتيجة الإفراط فيه فقط، وإنما تؤدي العوامل الوراثية دوراً لا يُستهان به. وأنسب طريقة للتعامل معها، غمرها بالحبّ والاهتمام والتقبل في نهاية المطاف.

تحمل تجاعيد الضحك مُسمّيات أخرى، إذ تُعرف علمياً باسم (الطيّة الأنفية الشفوية)، أي تلك الثنية التي تحيط بالفم على جانبي الوجه، ممتدة من الأنف إلى الشفّة، كما يُطلق عليها (خطوط دمية الماريونيت) التي يتم تحريكها بالخيوط، وهي تلك الخطوط التي تسقط مستقيمة من زاويتي الفم نحو الذقن.

ويُكمن سبب ظهورها في أنّها تحفز أخاديدها في الوجه، كنتيجة لفقدان الجزء الأوسط منه المرونة والخلايا الدهنية مع التقدم في العمر. وسواء أكنت تريدين الحدّ من هذه التجاعيد أم تأخير ظهورها أطول فترة ممكنة، يمكنك الإقبال على النصائح الإرشادية التالية:

1- لا تنامي على أحد جانبي الجسم:

إذا قمت بالنوم على جانبك أو على وجهك، فإنّ الضغط الواقع عليه يسبب إصابته بالتجاعيد، كما يعد النوم على هذين الوضعين أحد أسباب ظهور خطوط التجاعيد الرقيقة التي تحيط بالعينين. وإذا كنت لا تستطيعين النوم إلّا على أحد جانبي الجسم، فيمكنك النوم على وسادة قوية مع وضع جزء من الرأس عليها، بحيث لا يلامس الجزء السفلي من الوجه الوسادة، ووضع اليدين أسفلها.

2- احذري الشمس والتدخين السلبي:

لا يخفى علينا أنّ التعرض المباشر للأشعة الشمسية والتدخين أو مجرد استنشاق دخان السجائر، يضرّ الكولاجين ويؤدي إلى تفتت أليافه، وبالتالي ضعف الأنسجة الضامّة التي تشدّ البشرة، فتبدو مرتخية متهدلة. استعملي اللوشن المرطب الواقي من الأشعة الشمسية يومياً، مثل Revitalift Paris Loreal Bright Reveal Brightening Day Moisturizer SPF 30 الذي يعزز إشراق البشرة.

3- استعملي اللصقات الورقية لتجاعيد الضحك أو الابتسام:

ثمة أقنعة مخصصة لتجاعيد بعينها، كقناع تجاعيد الجبهة، أو العينين، أو خطي الضحك حول الفم، وتأتي مشبعة بجيلي مائي غني بالكولاجين، مثل Dr. Jart + Lift Line Laugh حصرياً لدى Sephora. ولا مانع من استعمال أقنعة العينين حول الفم. مثل Estee Lauder Advanced Night Repair Concentrated Recovery Eye Mask.

4- وزعي الكريم المخصص للعناية بمحيط العينين على المنطقة المحيطة بالشفتين:

تماماً كما ينجح الكريم الفعّال عند وضعه أسفل العينين في التغلغل داخل خطوط التجاعيد، فإنّ قطرتين منه تعملان على ملء التجاويف والثنيات بالحيوية والنضارة، فتصبح تجاعيد الابتسام أو الضحك أقل وضوحاً، مثل La Prairie Line Power Interception Duo الذي يحفّز الخلايا لإعادة إنتاج الكولاجين والإيلاستين وحمض الهيالورونيك، ما يقوي جُدرها ويحدّ من ظهور التجاعيد بما في ذلك الرأسية. ويمكنك توزيع الـSerum المخصص للعينين، مثل Giorgio Armani Crème Nera Youth Memory Eye Serum على جانبي الفم قبل توزيع المكياج.

5- جربي المستحضرات المالئة:

لو لم تشعري بأي تحسّن بعد اتّباع الخطوات أعلاه، فاقبلي على استعمال المستحضرات المقاومة للتجاعيد، والتي تستهدف مواضع محدّدة من البشرة، مثل طيّة التجاعيد، ثقي بهذا المستحضر Kiehls Boots No. 7 Instant Illusion أو ،التجاعيد يملأ الذي Doubles Strength Visible Wrinkle Filler ويمكنك .والحال ّالتو في البصري بالخداع وإخفائها التجاعيد تمويه على يعمل الذي Wrinkle Filler استعمال الفيلر المخصص لمحيط العينين والشفتين، مثل Fillerina Cream Contour Lip and Eye Plus.

6- اخفيها:

وبالنسبة إلى التجاعيد الرأسية التي تحفّرها الجاذبية الأرضية ولا تستطيعن محوها، فيمنك العمل على إخفائها باستعمال Primer جيّ ِد، مثل Yves Saint Laurent Touche Eclat Blur Primer يمهد البشرة لكريم الأساس والكونسيلر، ويعمل على تمويه التجاعيد وإكسابها غشاوة ضبابية.

اعتني جيّداً بخطوط الأساس والـConcealer، على أن يكونا في الدرجة اللونية نفسها، ومن نوع فائق الجودة حتى لا يسقطان في ثنايا التجاعيد.

7- أحبّيها:

وإن لم تفلح أي من الحيل السابقة في إخفاء تلك التجاعيد، فليس أمامك سوى أن تمنحيها شيئاً من الحبّ، وذلك بتقبّلها كما هي، باعتبارها جزءاً مهماً وحيوياً من بشرتك، وأحد معالم مرحلة التقدّم الطبيعي في العمر.►