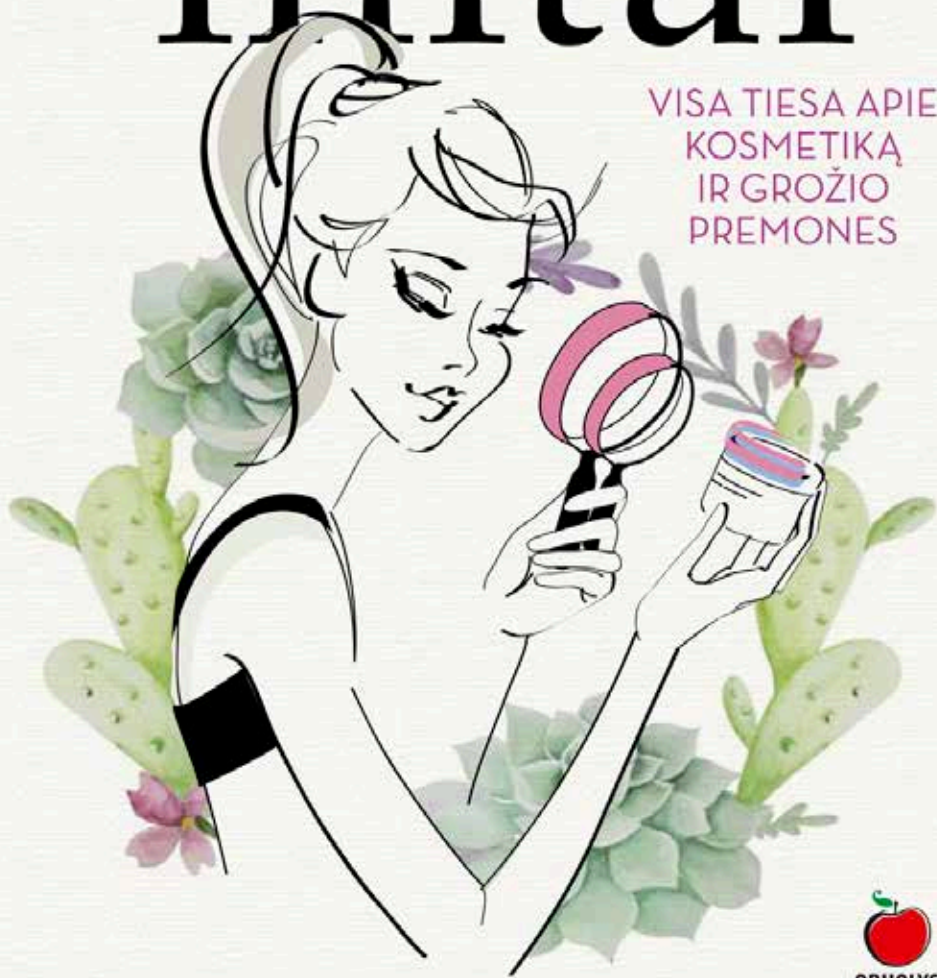


Tiina Orasmae-Meder & Yana Zubtsova

# Grožio mitai

VISA TIESA APIE  
KOSMETIKĄ  
IR GROŽIO  
PREMONES



Tiina Orasmäe-Meder  
Yana Zubtsova

# Grožio mitai

Visa tiesa apie kosmetiką  
ir grožio priemones

Iš rusų kalbos vertė  
VIKTORIJA ŠENBERGS



# ĮVADAS

Šią grožio mitų kolekciją mes, gydytoja kosmetologė Tiina Orasmäe-Meder ir žurnalistė bei grožio tinklaraštininkė Yana Zubtsova, sudarėme paskatintos skirtingų aplinkybių.

1996 metais Tiina pradėjo dirbti kosmetologe ir labai greitai pastebėjo, kad jos pacienčių galvose (be abejo, pakankamai išprususių ir išsilavinusių, turinčių aukštąjį išsilavinimą) dažnai sukasi gana keistos mintys apie tai, kaip reikia tinkamai rūpintis savimi. Persikėlusi į Europą ji įsitikino, kad šios klaidingos nuostatos yra tarptautinės.

Klausimai kartodavosi beveik žodis į žodį. Pasirodo, kad visos moterys, nepriklausomai nuo amžiaus, pilietybės, pajamų ir religijos, nuogąstauja dėl siaubingųjų parabenų, esančių kosmetikoje, dėl visų mirtinų nuodėmių kaltina silikoną, nėra tikros dėl antiperspirantų saugumo. Be to, tikrai niekas nežino, kam į kremus dedama kamieninių augalų ląstelių. Kai kurių mitų atsiradimą buvo lengva paaiškinti, iš kur kilo kiti, Tiina negalėjo suprasti, bet kantriai juos narpliojo. Per kiekvieną konsultaciją ji aiškina savo pacientei, kas ir kaip. Paskui

ateidavo kita pacientė – ir viskas kartodavosi iš naujo.

Yana turėjo „Grožio“ skiltį įvairiuose žurnaluose ir parašė nemažai tūkstančius straipsnių šia tema.

Tik tada, kai tapo tinklaraščio [www.beautyinsider.ru](http://www.beautyinsider.ru) bendraautore kartu su Julija Grebenkina ir pradėjo gauti skaitytojų atsiliepimus, Yana suvokė, kaip noriai žmonės tiki tuo, ką kalba draugės, ir kaip įtariai vertina tai, kas parašyta žurnaluose. Dauguma tinklaraščio žinučių buvo komentuojama maždaug taip: „O mano pažįstama...“ Tęsinys galėjo būti bet koks. Nuo „prisitėpė kremu per šalčius ir pavirto Snieguole“ iki „nusipirkau priemonę su augaliniais hormonais, bet bijau naudoti, gal ims želti barzda?“ Tinklaraščiu *Beauty Insider* skaitytojai tikėjo kaip savo drauge. Taigi atsirado didžiulė atsakomybė: reikėjo nesugriauti pasitikėjimo, bet vis dėlto padėti atrasti tiesą.

Susitikusios abi moterys nutarė tinklaraščiu [www.beautyinsider.ru](http://www.beautyinsider.ru) parengti naują skiltį, kurią

pavadino „Ar tiesa, kad...?“ Iš pradžių pasirinko kelis labiausiai paplitusius mitus. Aptarė juos, gavo 500 lankytojų komentarų ir suprato, kad tai tik ledkalnio viršūnė.

Taip iš vieno straipsnio gimė rašų ciklas tinklaraštyje, o iš ciklo buvo sudaryta ši knyga. Dalis mitų buvo aptarta tinklaraštyje, kita dalis – didesnė – laukia savo eilės ir bus pirmą kartą pristatoma čia.

Yana įsitikinusi, kad be Tiinos nieko nebūtų pavykę: „Aš bendravau su daugybe gydytojų kosmetologų. Mažai kas iš jų yra taip išanalizavę šią problemą ir gali išsamiai ir aiškiai viską išdėstyti, nepaisydami komercinių interesų.“

Tiina laikosi nuomonės, kad nieko nebūtų išėję be Yanos: „Ji puikiai supranta, kokiuose patamsiuose klaidžioja kolektyvinė sąmonė, ko merginoms nepaaiškino nei mamos, nei žurnalai ir jų kurią pusę sukasi industrijos vektorius. Be to, Yana – puiki žurnalistė, sudėtingas kosmetikos tiesas puikiai išreiškianti

paprastais glaustais sakiniiais.“  
Būtent todėl nutarėme, kad Tiina bus pagrindinė pasakotoja, o Yana papildys jos informaciją savo kompetentinga nuomone ir kaip savotiška tarpininkė atras balansą tarp griežtų mokslinių faktų srities bei stebuklingo grožio pasaulio.

Knyga padalyta į kelis skyrius. Skyrius „Kosmetikos parduotuvėje“ griaua mitus apie naudingas ir žalingas sudedamąsias dalis, esančias veido priežiūros priemonių sudėtyje, taip pat atsako į klausimus, ar kremas gali sukelti alergiją, jeigu ant jo pakuotės parašyta „hipoalerginis“, ar visada brangūs kremai yra geresni už pigesnius.

Skyriuje „Grožio salone“ surinkti mitai, kuriuos palaiko ne tik klientai, bet ir kosmetologai.

Skyrius „Papildimyje“ skirtas mitams apie apsaugą nuo saulės, ultravioletinių spindulių žalą ir visagalius kremus su SPF.

Skyrius „Gatvėje, kelionėje, sporto klube“ skirtas aptarti, kaip reikia (ir kaip nereikia) rūpintis oda einant pasivaikščioti, skrendant lėktuvu ir sportuojant.

Pagaliau paskutiniame skyriuje „O dar sako...“ surinkti mitai, kurie nepateko į ankstesnius skyrius, bet kuriuos taip pat labai norisi išsklaidyti. Kam į kremus dedama kamieninių augalų ląstelių? Ar į kai kurias kosmetikos priemones neįmaišoma narkotikų, sukeliančių priklausomybę? Viską sužinosite, kai perskaitysite.

Koks mūsų tikslas?

Na, mes tikimės, kad ši knyga padės atsikratyti klaidingų įsitikinimų apie grožį ir nepamatuotos baimės. Galbūt kai kas pradės leisti mažiau pinigų kosmetikai ir turės apčiuopiamos naudos. Žinoma, bus labai šaunu, jeigu kas nors supras, kad teiginys „visi taip sako“ dar nereiškia, jog visi sako tiesą.



# KOSMETIKOS PARDUOTUVĖJE

<b>Mitas Nr. 1</b>	Apie naudingą kosmetikos priemonių sudėties analizę .....	15
<b>Mitas Nr. 2</b>	Apie tai, kad brangias ir pigias priemones skiria tik pakuotė .....	21
<b>Mitas Nr. 3</b>	Apie veido valymo prietaisų žalą .....	27
<b>Mitas Nr. 4</b>	Apie kancerogeninius parabenus .....	31
<b>Mitas Nr. 5</b>	Apie tai, kad alyvuogių aliejus gali pakeisti kremą .....	37
<b>Mitas Nr. 6</b>	Apie tai, kad kremai pradeda gesti vos atsukus indelį .....	43
<b>Mitas Nr. 7</b>	Apie retinoidų žalą .....	47
<b>Mitas Nr. 8</b>	Apie itin veiksmingus mėginukus .....	53
<b>Mitas Nr. 9</b>	Apie tai, kad kremuose esantis alkoholis sausina odą .....	57
<b>Mitas Nr. 10</b>	Apie tai, kad kiekvienai veido ir kūno daliai reikia atskiro kremo .....	61
<b>Mitas Nr. 11</b>	Apie visagalę azijietišką kosmetiką .....	67
<b>Mitas Nr. 12</b>	Apie tai, kad micelinis vanduo – geriausia valymo priemonė visais gyvenimo atvejais .....	73
<b>Mitas Nr. 13</b>	Apie organinės kosmetikos pranašumą prieš „cheminę“ .....	77
<b>Mitas Nr. 14</b>	Apie nepakeičiamą vitamino C .....	85
<b>Mitas Nr. 15</b>	Apie tai, kad yra kosmetikos priemonių, kurios niekada nesukelia alergijos .....	89
<b>Mitas Nr. 16</b>	Apie pavojingus kremus, kurių sudėtyje yra hormonų .....	93
<b>Mitas Nr. 17</b>	Apie preparatų su kolagenu naudą .....	97
<b>Mitas Nr. 18</b>	Apie antiperspirantų su aliuminiu žalą .....	101
<b>Mitas Nr. 19</b>	Apie padirbtos kosmetikos antplūdį .....	109