

گلیکولیک اسید و 5 خاصیت بی نظیر آن

شاید واژه‌ی گلیکولیک اسید را شنیده باشید.

این نام ممکن است زنگ خطری را به صدا درآورد زیرا یکی از پرتعدادترین کلمات در صحنه‌ی مراقبت از پوست است. این اسید را می‌توان در همه چیز از مرطوب کننده‌ها گرفته تا سرم‌ها و لایه بردارهای شیمیایی یافت. می‌توان در روز یا شب از آن استفاده کرد. در برابر انواع مشکلات مراقبت از پوست مؤثر است. ولی از کجا آمده؟ چگونه تأثیر می‌گذارد؟ آیا واقعاً می‌تواند این‌قدر عالی باشد؟ ما یک مقاله‌ی کامل ایجاد کرده‌ایم تا به شما کمک کنیم متوجه شوید که گلیکولیک اسید واقعاً چیست. راهنمای کامل ما در مورد فواید اسید گلیکولیک به شرح زیر است:

- توضیح علمی که گلیکولیک اسید دقیقاً چیست.
- توضیح راههایی که این اسید می‌تواند برای پوست شما مفید واقع شود.
- بیان هرگونه خطری که در مصرف اسید گلیکولیک وجود دارد.
- شرح کارهای مورد نیاز برای اضافه کردن این ماده به برنامه‌ی روزانه.

گلیکولیک اسید در سراسر دنیای مراقبت از پوست به دلیل کاربردهای فراوان و سادگی بی‌دردسر آن مورد ستایش قرار گرفته است.



توضیح علمی گلیکولیک اسید

گلیکولیک اسید یکی از اجزای غیرقابل انکار نسل ما است که تقریباً در هر محصول مراقبت از پوستی که امروزه محبوبیت زیادی دارد، دیده می‌شود. در بسیاری از محافل، به دلیل طیف گسترده‌ای از مزایایی که دارد، از آن به عنوان یک «ماده‌ی معجزه‌آسا» استقبال می‌شود، اما چگونه می‌شود دانست که برای شما مناسب است یا خیر؟

گلیکولیک اسید ماده‌ای است که معمولاً از نیشکر مشتق می‌شود و به خانواده آلفا هیدروکسی اسید (AHA) در کنار سایر مواد شناخته شده مانند اسید مالیک و لاکتیک تعلق دارد. آلفا هیدروکسی اسیدها گروهی از اسیدهای طبیعی هستند که معمولاً در انواع غذاهایی که اطراف ما را احاطه کرده است، یافت می‌شوند. به عنوان مثال، اسید سیتریک در مرکبات یافت می‌شود. اسید لاکتیک در شیرهای ترش و آب گوجه فرنگی، اسید مالیک در سیب، اسید تارتاریک در انگور یافت می‌شود و ...

طیف وسیعی از اسیدهای آلفا هیدروکسی در مراقبت از پوست و صنعت لوازم آرایشی استفاده می‌شوند. عمدتاً به این دلیل که اعتقاد بر این است که آن‌ها برای کمک به درمان خشکی پوست، آکنه و چین و چروک‌های سطحی عالی هستند.

گلیکولیک اسید محبوب‌ترین اسید از خانواده آلفا هیدروکسی اسید است و مطمئناً گسترده‌ترین مطالعات در موردش انجام گرفته. ترکیب شیمیایی آن در مقایسه با سایر اعضای خانواده AHA کوچک است، بنابراین به راحتی جذب می‌شود و می‌تواند در سطح بسیار عمیقی به پوست نفوذ کند که باعث می‌شود در مبارزه با انواع مشکلات مراقبت از پوست مؤثر باشد.

از مزایای شناخته شده گلیکولیک اسید می‌توان به خواص ضد پیری، اثربخشی در درمان آکنه و توانایی آن در لایه برداری پوست و حفظ تعادل طبیعی PH اشاره کرد. **استفاده از گلیکولیک اسید** که برای انواع پوست بی‌خطر است، آسان است و بخشی ضروری از هر روتین مراقبت از پوست می‌باشد.



خواص گلیکولیک اسید

از مهم‌ترین خواص اسید گلیکولیک برای پوست می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

• ضد پیری

از آنجا که گلیکولیک اسید یک مولکول بسیار کوچک است، این توانایی را دارد که عمیقاً به لایه اپیدرم پوست شما نفوذ کند تا فعالیت سلولی را تحریک کند. این بدان معنی است که اغلب به درمان‌های ضد پیری و ضد لک اضافه می‌شود تا پوست شما را هیدراته، روشن و لطیف کند. این اسید یک ماده‌ی صاف‌کننده‌ی فعال است که با افزایش بازسازی سلولی و خلاص شدن از شر سلول‌های مرده‌ی اضافی پوست، بافت پوست را یکدست می‌کند و ظاهر چین و چروک را به حداقل می‌رساند تا پوست نرم، تمیز و شاداب شود.

• لایه برداری

بزرگترین مزیت گلیکولیک اسید توانایی آن در کمک به برداشتن بالاترین لایه‌ی پوست با شکستن پیوندهایی است که سلول‌های مرده را به یکدیگر متصل می‌کند. در واقع سلول‌های پوست را از یکدیگر جدا می‌کند. شکستن این پیوند یک واکنش زنجیره‌ای ایجاد می‌کند که به نوبه خود، تجدید سلولی را افزایش می‌دهد و باعث می‌شود پوست شما تمیز و روشن به نظر برسد. استفاده از گلیکولیک اسید در روتین لایه برداری به متعادل نگه داشتن سطح pH پوست، محو شدن هرگونه اسکار آکنه و باز شدن منافذ پوست کمک می‌کند. این اسید یک لایه بردار شیمیایی واقعاً توربو شارژ است که تضمین می‌کند پوست شما نرم و لطیف بماند.

• ایمن برای انواع پوست

احتمالاً به این دلیل که «اسید» در نام این ماده است، درمان‌های گلیکولیک اسید زمانی فقط برای افرادی که پوست چرب یا مستعد آکنه داشتند استفاده می‌شد. امروزه، همانطور که تحقیقات بیشتر و بیشتری انجام شده است، اسید گلیکولیک توسط متخصصان پوست برای انواع پوست توصیه می‌شود، البته تا زمانی که به فرمول مورد نظر خود توجه داشته باشید. اسید گلیکولیک سبوره و سایر بیماری‌های پوستی که مدیریت آن دشوار است را در پوست‌های جوان یا بیش از حد چرب تنظیم می‌کند و در اثر معکوس، پوست بالغ یا خشک را هم مرطوب و روشن می‌کند. همه‌ی این‌ها به میزان گلیکولیک اسید محصول درمانی شما بستگی دارد. (بین 2 تا 15 درصد).

• از بین بردن آکنه

گلیکولیک اسید یک افزودنی عالی برای تمام روتین‌های مراقبت از پوست است و می‌تواند با طیف وسیعی از تحریکات پوستی و مشکلات آکنه مبارزه کند. مخصوصاً برای مبتلایان به آکنه‌ی کیستیک، به رفع عمیق‌ترین انسداد سلول‌های مرده‌ی پوست و سبوم کمک می‌کند. این اسید، هنگامی که با سایر مواد در روتین مراقبت از پوست ترکیب می‌شود، آن را به یکی از بهترین گزینه‌ها برای از بین بردن لکه‌های دردناک تبدیل می‌کند. از گلیکولیک اسید به عنوان یک اکسیر جوانی و یک لایه بردار رویایی یاد می‌شود، همچنین می‌تواند به کاهش ظاهر اسکارهای عمیق آکنه نیز کمک کند.

• آسان برای استفاده

گلیکولیک اسید چیزی که زمانی به عنوان بخشی از روش‌های معمول پزشکی و زیبایی شناختی استفاده می‌شد، اکنون در بسیاری از محصولات خانگی یافت می‌شود - مانند پدهای لایه برداری گلیکولیک ضد پیری که برای استفاده‌ی روزانه ایمن هستند.

بهترین بخش این است که اثرات افزودن گلیکولیک اسید به روتین شما ترکیبی است. هرچه دفعات بیشتری از درمان انتخابی خود استفاده کنید - ما یک بار در روز برای مدت طولانی توصیه می‌کنیم - برای پوست شما مؤثرتر خواهد بود. این یک فرآیند بدون زحمت و ساده است که می‌تواند به نتایج درخشانی منجر شود.



افزودن گلیکولیک اسید به برنامه‌ی روزانه

راه‌های زیادی وجود دارد که می‌توانید محصولات مبتنی بر گلیکولیک اسید را در برنامه‌ی روزانه‌ی خود قرار دهید. بهترین راه برای تعیین اینکه کدامیک برای شما بهتر عمل می‌کند، این است که در وهله اول مشخص کنید که چرا به استفاده از گلیکولیک اسید علاقه دارید. در اینجا چند کاربرد عالی این ماده بیان شده است:

• اسید گلیکولیک به کاهش زخم و التهاب

برای کمک به مراقبت از پوست مستعد آکنه، یک پاک کننده‌ی خوب حاوی گلیکولیک اسید برای خود پیدا کنید. توصیه می‌کنیم از این پاک کننده هر روز صبح یا درست قبل از خواب استفاده کنید. از مصرف آن بیش از یک بار در روز خودداری کنید.

پوست خود را با پاک کننده‌ی گلیکولیک اسید انتخابی خود کاملاً تمیز کنید، همانطور که با هر پاک کننده استاندارد صورت انجام می‌دهید. برای کسانی که به دنبال افزایش پانچ هستند، از تونر لایه بردار گلیکولیک مانند پدهای لایه برداری گلیکولیک ضد پیری، روزانه به مدت شش هفته استفاده کنند.

اگر متوجه تغییراتی که انتظار داشتید نمی‌شوید، به سادگی درمان‌ها را برای چند هفته متوقف کنید تا پوستتان استراحت

کند و سپس دور دوم درمان را شروع کنید. می‌توانید همین درمان را تا زمانی که التهاب پوستتان کاهش یابد تکرار کنید. اگر درمان‌های خود را تکرار کنید، استراحت دادن به پوست بین دوره‌های درمان برای دست نخورده نگه داشتن روغن‌های طبیعی پوست ضروری است.

آخرین کاری که می‌خواهید انجام دهید این است که پوست خود را از توانایی محافظت از خود در برابر رادیکال‌های آزاد و باکتری‌های مضر محروم کنید.

اگر بیش از التهاب واقعی بر روی حل جای زخم آکنه متمرکز هستید، نیازی به رعایت برنامه روزانه نیست. اگر یک یا دو بار در هفته خود را متعهد به لایه برداری سبک با اسید گلیکولیک کنید به کاهش جای زخم کمک می‌کند و به پوست شما درخشندگی سالم می‌بخشد.

• گلیکولیک اسید دارای طیف وسیعی از مزایای ضد پیری است...

ساختن محصولات مبتنی بر گلیکولیک اسید در یک روال ضد پیری، بسیار ساده است. طیف گسترده‌ای از محصولات ضد پیری وجود دارد که به دلیل موجهی از اسید گلیکولیک استفاده کرده‌اند.

همانطور که در بالا ذکر شد، زمانی که گلیکولیک اسید جذب پوست می‌شود، باعث جدا شدن سریع پیوندهایی می‌شود که سلول‌های مرده‌ی پوست را در کنار هم نگه می‌دارند. سپس به پوست شما کمک می‌کند ظاهری صاف تر و جوان‌تر داشته باشد. پس از جدا شدن سلول‌های پوست، اسید گلیکولیک به حل شدن لایه‌ی پوست مرده کمک می‌کند. این به نوبه‌ی خود به لایه برداری ملایم کمک می‌کند، در حالی که منافذ را باز کرده و به پوست جدید اجازه تنفس می‌دهد. گلیکولیک اسید علاوه بر اینکه اجازه می‌دهد پوست تازه به سطح برود، در به حداقل رساندن تغییر رنگ پوست - یکی از علائم رایج پیری پوست - نیز مؤثر می‌باشد و به تحریک رشد تازه‌ی پروتئین شگفت انگیز و طبیعی کلاژن کمک می‌کند. استفاده از گلیکولیک اسید به مقدار کم، اغلب نسبت به یک رویکرد شدیدتر ترجیح داده می‌شود، و بهترین راه برای وارد کردن اسید گلیکولیک به روال ضد پیری، افزودن روزانه یک محصول ساده و با دوز پایین است. همچنین باعث صرفه جویی در بازدید پرهزینه از متخصص پوست یا لایه برداری معمولی شیمیایی می‌شود.

• گلیکولیک اسید به لایه برداری و مبارزه با خشکی کمک می‌کند...

اگر کمتر نگران آکنه یا چین و چروک هستید، اما دچار لکه‌های خشک مزاحم یا ناهمواری‌هایی هستید که می‌خواهید آن‌ها را درمان کنید، گلیکولیک اسید، انتخابی مناسب به نظر می‌رسد.

پیش از این به تمام روش‌هایی که گلیکولیک اسید برای از بین بردن سلول‌های مرده پوست عمل می‌کند اشاره کرده‌ایم، اما آیا اشاره کردیم که به جذب رطوبت از هوا نیز کمک می‌کند و آن را به داخل پوست جذب می‌کند تا آبرسانی را افزایش دهد و خشکی اضافی را به حداقل برساند؟ شگفت انگیز است، نه؟

نه تنها این، بلکه یک محصول عالی برای استفاده در زمان صبح، به صورت یک پاک کننده یا سرم است، زیرا به آماده سازی پوست شما برای استفاده از محصولات دیگر کمک می‌کند. این اسید پوست شما را آماده می‌کند تا به مرطوب‌کننده مورد علاقه‌تان آغشته شود و حتی پوست شما را صاف می‌کند و برای آرایش شما نیز آماده است.

برای استفاده از این اسید برای لایه برداری، آن را همراه با یک مرطوب کننده‌ی ثانویه استفاده کنید.



نکات مهم در استفاده از گلیکولیک اسید

علاوه بر این موضوعات، خواص و کاربردهایی که پیش‌تر گفته شد، چند نکته‌ی دیگر وجود دارد که ممکن است بخواهید هنگام انتخاب محصول گلیکولیک که برای نوع پوست شما بهترین کارایی را دارد، در نظر بگیرید. این نوع کرم‌ها در زمان شب باید به تدریج استفاده شوند. استفاده از آن‌ها را یک بار در هفته شروع کنید و اگر پوست شما به شرایط اولیه در رژیم شما به خوبی پاسخ داد، هر 3 شب یک بار استفاده کنید. درمان‌های لایه بردار را می‌توان یک یا دو بار در هفته برای یک عمل لایه برداری ملایم انجام داد. لزوماً نیازی نیست که هر روز از آنها استفاده کنید تا مؤثر باشند.

متخصصان پوست از غلظت‌های بالاتر گلیکولیک اسید (20 تا 70 درصد) برای برداشتن چندین لایه‌ی پوست در مدت زمان کوتاه و مشخصی استفاده می‌کنند. در محصولات خانگی شما، محصولات گلیکولیک اسید با غلظت کمتر که در مدت زمان

مکرر استفاده می‌شوند، به همان اندازه موثر خواهند بود. همه چیز در مورد این است که چه چیزی برای شما بهتر عمل می‌کند.

فواید گلیکولیک اسید

ما دانش خود را روی میز ریخته‌ایم. اکنون این شما هستید که باید فواید استفاده از گلیکولیک اسید را در برنامه‌ی روزانه خود کشف کنید. یادگیری زیر و بم (و علم پشت سر آن!) مراقبت از پوست مانند این، اغلب می‌تواند بسیار دشوار باشد. گلیکولیک اسید تعداد فواید باورنکردنی در مبحث مراقبت از پوست دارد – در واقع آن قدر زیاد است که به آن برچسب «محصول معجزه آسا» زده شده است. ما می‌دانیم که چنین چیزی وجود ندارد، اما در اینجا چند مزیت استفاده از گلیکولیک اسید در روتین روزانه‌ی مراقبت از پوست را مجدداً ذکر می‌کنیم:

- گلیکولیک اسید به عنوان یک محصول ضد پیری عمل می‌کند. سلول‌های اضافی و مرده‌ی پوست را از بین می‌برد، گردش سلولی را تقویت می‌کند (که به نوبه خود فرورفتگی‌هایی را که باعث ایجاد چین و چروک می‌شوند کاهش می‌دهد) و یک تشویق‌کننده‌ی فعال تولید کلاژن است و از اولین استفاده، آن را تحریک می‌کند.
- اسید گلیکولیک به مبارزه با التهابات فعال آکنه کمک کرده و دقیقاً همزمان با کاهش زخم‌های قبلی آکنه، عمل می‌کند.
- گلیکولیک اسید متخصص لایه برداری است. به راحتی جذب پوست می‌شود و به دلیل اینکه سلول‌های مرده‌ی پوست را از سلول‌های جدید سالم جدا می‌کند، لکه‌های خشک را با دقت زیادی آزاد می‌کند و از بین می‌برد. همچنین آبرسانی بالایی دارد. این دو قدرت با هم ترکیب شده و توقف ناپذیر هستند (مخصوصاً در زمستان).
- یافتن محصولات مبتنی بر گلیکولیک اسید در قفسه‌ی مراقبت از پوست بسیار آسان است و این محصولات چیزی برای ارائه به همه‌ی افراد می‌دهند. هنگام انتخاب روتینی که برای شما بهتر عمل می‌کند، نیازهای خود را در نظر بگیرید.

خطرات گلیکولیک اسید

مانند هر محصولی که مصرف می‌کنید، چند نکته‌ی کلیدی وجود دارد که باید به آنها توجه کنید چون ممکن است نشان دهند که گلیکولیک اسید برای شما مناسب نیست. هنگامی که رژیم گلیکولیک را شروع می‌کنید، مراقب تغییرات پوست خود، به خصوص بهتر و چه بدتر باشید. مانند استفاده از رتینول، پوست شما به احتمال زیاد باید قبل از اینکه فواید آن را ببینید، به گلیکولیک اسید عادت کند. فرمول‌های مراقبت از پوست حاوی گلیکولیک اسید دارای غلظت‌های متفاوتی هستند، بنابراین قبل از خرید حتماً درصد

آن را بررسی کنید. اگر پوست حساسی دارید، یک فرمول با درصد کم انتخاب کنید. شروع یک روتین گلیکولیک اسید با درصدی بسیار بالا به احتمال زیاد باعث قرمزی و تحریک می‌شود.

مراقب سایر محصولات مراقبت از پوست خود باشید. در حالی که هر کدام هدف فوق‌العاده مفید خود را انجام می‌دهند، مطمئن شوید که دیگر محصولات حاوی ویتامین A یا AHA را دوباربر نکنید، در غیر این صورت پوست شما حساس‌تر می‌شود و بیشتر در معرض خطر آسیب‌های محیطی قرار می‌گیرید.

قرار گرفتن در معرض نور خورشید، هنگام استفاده از گلیکولیک اسید، بسیار مهم‌تر می‌شود. استفاده از ضدآفتاب در روزهایی که از داروهای گلیکولیک خود استفاده می‌کنید بسیار مهم است، به خصوص اگر آن‌ها را در صبح استفاده می‌کنید. این مورد به این دلیل است که اسید گلیکولیک برای از بین بردن لایه بالایی پوست شما کار می‌کند و با قرار گرفتن در مقابل خورشید آن را در معرض خطر بالقوه‌ی آسیب و رنگدانه‌های ناخواسته قرار می‌دهد.

نتیجه‌گیری

گلیکولیک اسید به راحتی به یک روتین مراقبت از پوست اضافه می‌شود. عوارض جانبی کمی دارد، اما هرکسی که از قبل بیماری پوستی دارد بهتر است قبل از مصرف، با پزشک متخصص مشورت کند.

در صنعت لوازم آرایشی و بهداشتی استفاده می‌شود و خواصی از جمله جوان سازی پوست، حفظ رطوبت و برطرف کردن چین و چروک، دارد.

برای اطمینان بیشتر از اصل بودن و دریافت بالاترین کیفیت این محصول، حتماً آن را از شرکت‌های معتبر و فعال در این زمینه تهیه کنید.

گروه [دکاموند شیمی](#) وارد کننده تخصصی و تامین کننده‌ی مواد شیمیایی و روغن‌های گیاهی است. برای خرید [گلیکولیک اسید اصل و خالص](#) و یا دریافت مشاوره رایگان می‌توانید با [کارشناسان فروش](#) شرکت [دکاموند شیمی](#) تماس حاصل فرمایید و با خیالی آسوده خرید خود را انجام دهید.