

УДК 366.1
ББК 88.323.1
О-71

В книге приводятся факты и суждения, за которые авторы полностью ручаются. Но в том, что касается ухода за кожей, общие правила не всегда работают в каждом конкретном случае. При возникновении вопросов вы можете проконсультироваться у Тийны (задать вопрос на странице в Facebook «Доктор Медер») либо у своего врача-косметолога.

Орасмяэ-Медер Т.

О-71 Наука красоты: Из чего на самом деле состоит косметика / Тийна Орасмяэ-Медер, Оксана Шатрова. — М. : Альпина Пабlishер, 2016. — 376 с. : ил.

ISBN 978-5-9614-5457-4

Каждая девушка знает: выбрать подходящее косметическое средство, которое эффективно справится с задачей и при этом не навредит, — дело непростое. Кто не стоял у витрины, разглядывая понравившуюся баночку и тщетно стараясь разобраться в терминах, написанных на этикетке? Кто хоть раз не отчаивался найти достоверную информацию о косметике в Интернете? Кто не попадал к врачу, настойчиво предлагающему средства определенной марки, но не объясняющему в чем их чудодейственный эффект?

Теперь все трудности позади. Профессиональные косметологи Тийна Орасмяэ-Медер (соавтор бестселлера «Бьюти-мифы») и Оксана Шатрова расскажут, что есть что в мире косметических ингредиентов. Откуда берется то или иное вещество? Как получилось, что его стали использовать в косметических целях? В чем состоит его благотворное воздействие и какие могут быть побочные эффекты? И, наконец, что должно значиться в составе средства, нужного именно вам? Ответы на эти и другие вопросы помогут ориентироваться в науке красоты и со знанием дела выбирать для себя то, что поможет стать на свете всех милее, всех румяней и белее.

УДК 366.1
ББК 88.323.1

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу mylib@alpina.ru.

ISBN 978-5-9614-5457-4

© Орасмяэ-Медер Т., Шатрова О., 2016
© ООО «Альпина Пабlishер», 2016

Содержание

Об авторах	5
Введение	7

Раздел I. ПРИРОДА

Абрикос	12
Авокадо	16
Алоэ	19
Ананас и папайя	22
Базилик	26
Бамбук	29
Василек	32
Виноград	34
Водоросли	38
Воски	54
Гамamelис	58
Герань	61
Гинкго	64
Грибы	67
Жемчуг	71
Женьшень	74
Жожоба	78
Ива	82
Ирис	85
Какао	87
Камедь	91
Киви	94
Кигелия	97
Клевер	99
Конский каштан	101
Крапива	105
Макадамия	108
Мальва	111
Мед	113
Миндаль	118
Молоко	121
Мята	125
Огурец	128
Олива	130
Очанка	133
Плющ	136
Подсолнечник	139
Помидор	142
Примула вечерняя	144
Пуэрария	147
Пшеница	150
Роза	154
Розмарин	157
Ромашка	160
Солодка (лакрица)	163
Соя	166
Тамаринд	169
Тимьян	172

Толокнянка	174
Центелла	177
Цитрусовые	180
Чай	183
Чайное дерево	187
Черника	190
Шалфей	193
Ши (карите)	196
Эхинацея	200
Ямс	202

Раздел II. ХИМИЯ

Аллантоин	208
Альфалипоевая кислота (тиоктовая)	210
Арбутин	213
Биотин	216
Витамин С	218
Витамины	221
Гидрохинон	232
Гликолевая кислота	236
Глицерин	239
Диметикон	243
Драгоценные металлы	246
Камфора	251
Карнитин	254
Кофеин	256
Коэнзим Q10	260
Ланолин	263
Летние кислоты	266
Лецитин	271
Минералы	273
Минеральное масло	285
Мочевина	289
Ниацин	292
Парабены	295
Ретинол и производные	298
Салициловая кислота	302
Селен	305
Солнцезащитные фильтры	308
Транексамовая кислота	314
Фруктовые кислоты (гидроксильные)	317

Раздел III. БИОТЕХНОЛОГИЯ

Гиалуроновая кислота	326
Коллаген и эластин	329
Пептиды	333
Пребиотики и пробиотики	342
Протеины шелка	345
Сиртуины	348
Системы для доставки ингредиентов в глубокие слои кожи	351
Стволовые клетки	355
Факторы роста	359
Фитострогены	364
Энзимы и ферменты	366

Сводная таблица воздействия косметических ингредиентов	370
--	-----