

BIODERMA

LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Kalendář Atopiků

BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Atoderm
Huile de douche

24h d'hydratation moussante

Ultra-nourissant
Anti-irritations

Peaux sensibles sèches
très sèches à irritées

Nettoie, relipide et apaise

Ultra-nourishing
Anti-irritation shower oil

Dry, very dry to irritated
sensitive skin

Cleanses, restores lipids
and soothes

Brevet/Patent SKIN BARRIER THERAPY®

Hypoallergénique
Sans parabène 100 ml e

BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Atoderm
Intensive
Gel moussant

Nettoyant surgras
DERMO - BREVETÉ

Peaux sensibles
très sèches à atopiques

Nettoie et apaise

Sans parabène - Sans parfum
Sans savon - Hypoallergénique

Ultra-rich
foaming gel

Very dry to atopic
sensitive skin

Cleanses and soothes

Paraben free - Fragrance free
Soap free - Hypoallergenic

200 ml e

BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Atoderm
Intensive
Baume

Ultra-apaisant

Peaux sensibles très sèches
irritées à atopiques

Restaure, relipide
Anti-démangeaisons

Ultra-soothing balm

Very dry, irritated to atopic
sensitive skin

Repairs, restores lipids
Anti-itching

Brevet/Patent SKIN BARRIER THERAPY®

Hypoallergénique
Sans parabène 500 ml e

Instrukcja i legenda

Przed Tobą **Kalendarz Atopika**.

Wydrukuj go i przez **3 miesiące** notuj – samodzielnie albo z Mamą lub Tatą – co robisz dla swojej skóry i jakie są tego efekty widoczne na Twojej skórze. Dzięki temu będziesz wiedzieć, w jaki sposób funkcjonuje Twoja skóra – co lubi, a czego powinieneś unikać, ponieważ jej nie służy.

Wypełniony kalendarz pokaż lekarzowi podczas najbliższej wizyty kontrolnej. Dzięki temu będzie lepiej wiedział, jak Ci pomóc.

Pamiętaj o pokolorowaniu obrazków!

1.



Napisz, jakich kosmetyków używałeś. Wymień zarówno te do kąpieli, jak i pielęgnacji ciała



Jeśli zażyłeś jakieś lekarstwa, wpisz ich nazwę. Możesz wpisać też witaminy i suplementy



Napisz, co dobrego dzisiaj zjadłeś

2.



Zamaluj odpowiednią liczbę buziek, aby pokazać jak się czujesz

3.



Jeśli coś wywołało u Ciebie dzisiaj silne emocje, napisz o tym

4.



Na koniec każdego dnia oceń, jak wygląda Twoja skóra – pokoloruj odpowiednią liczbę gwiazdek

Pielęgnacja ciała

Skóra z atopowym zapaleniem wymaga specjalnej higieny i pielęgnacji. Zazwyczaj nie lubi długich i gorących kąpieli, mydła, pocierania ciała ręcznikiem, drażniących metek ubrań i wszystkiego, co mogłoby ją jeszcze bardziej wysuszyć czy podrażnić. Wymaga systematycznego smarowania kremami, które pomogą odbudować jej barierę ochronną. Atopowe Zapalenie Skóry to jednak choroba całego organizmu – na kondycję skóry mają wpływ nie tylko higiena i pielęgnacja, ale także to, co jemy, jakie leki zażywamy, czy emocje, które przeżywamy każdego dnia.



Aplikuj codziennie krem do skóry atopowej



Chroń swoją skórę przed słońcem i mrozem



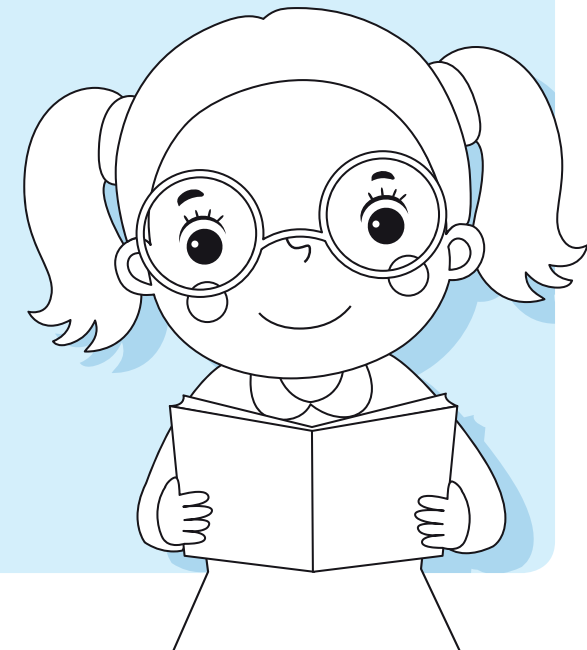
Wybieraj niedrażniące materiały



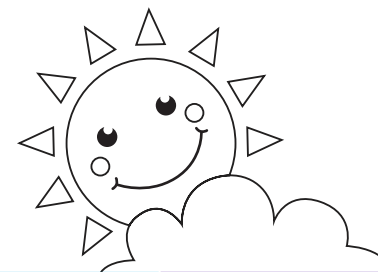
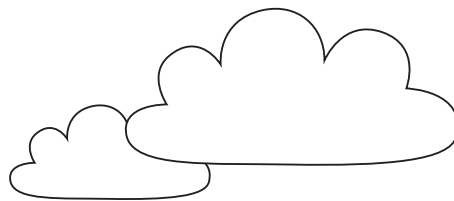
Pij dużo wody



Unikaj suchego i gorącego powietrza



Tydzień 1



BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Data:

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO

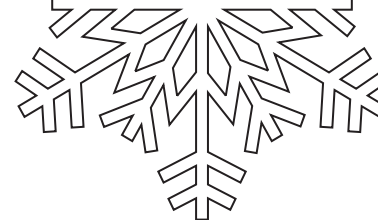


POŁUDNIE



WIECZÓR





Tydzień 2

Data:

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO



POŁUDNIE



WIECZÓR



Tydzień 3

Data:



BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO



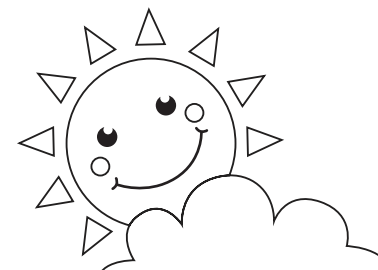
POŁUDNIE



WIECZÓR



Tydzień 4



BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Data:

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO

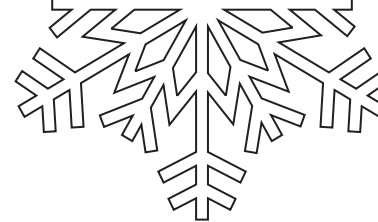
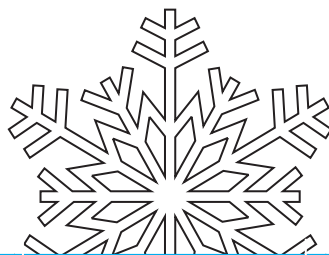


POŁUDNIE



WIECZÓR





Tydzień 5

Data:

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO



POŁUDNIE



WIECZÓR



Tydzień 6

Data:



BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO



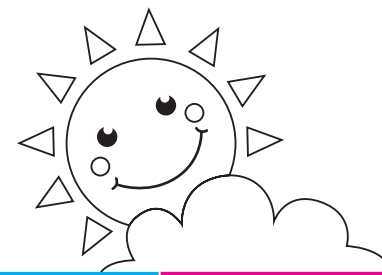
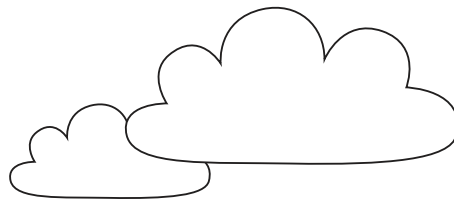
POŁUDNIE



WIECZÓR



Tydzień 7



Data:

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO



POŁUDNIE



WIECZÓR



Tydzień 9

Data:



BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO



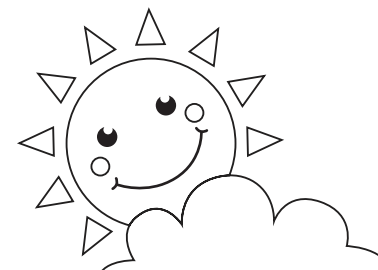
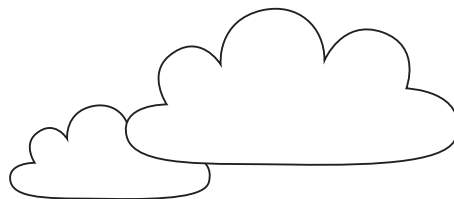
POŁUDNIE



WIECZÓR



Tydzień 10



Data:

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO

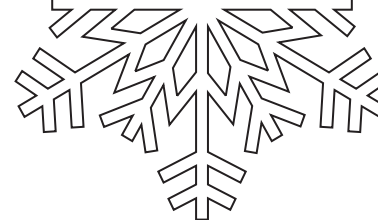


POŁUDNIE



WIECZÓR





Tydzień 11

Data:

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO



POŁUDNIE



WIECZÓR



Tydzień 12

Data:



BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

RANO



POŁUDNIE



WIECZÓR

