



DOÇ. DR. U. EMRAH ALTINPARMAK

Göz Makyajının Doğru Yapılması Sağlıklı Gözler İçin Önem Taşıyor

Acıbadem Ankara Hastanesi Göz Hastalıkları Uzmanı
Doç. Dr. U. Emrah Altıparmak “Göz Sağlığı ve Makyaj” konusunda
önemli bilgileri paylaştı.

Dış görünümde değişiklik yapmak için tercih edilen en çarpıcı yöntem göz makyajı. Bir odaya girdiğinizde dikkat çekmenin en kolay yolu güzel gözlere sahip olmak. Üstelik gözlere yapılacak makyaj ile bambaşka yüz ifadesine ve imaja sahip olunduğu aşikar. Milattan önce 10.000 yılından beri yüz ifadesini değiştirmek için göze boyalar sürüldüğü biliniyor. Günümüzde kozmetik sanayi özellikle göz makyajı için sayısız ürün üretiyor. Özellikle kadınlar tarafından bu ürünler sıklıkla tüketiliyor. Peki hiç düşündünüz mü, acaba makyaj yaparken göz sağlığını nasıl koruyabilirsiniz?

Makyaj malzemeleri kişiye özeldir

Makyaj malzemenizi başkaları ile paylaşmayın. Göz enfeksiyonu geçirmekte olan bir kişiye verdiğiniz malzemeniz, sizin için enfeksiyon kaynağı olabilir. Gözünüz mikrop kapabilir. Ortak kullanım alanlarında (demo, tester gibi) bulunan makyaj malzemeleri de göz sağlığınızı tehdit edebilir.

Makyaj malzemelerinin de son kullanma tarihi vardır

Makyaj malzemeleri de açıldıktan sonra belli süreler içinde kullanılmalıdır. Bu süre genel olarak üç ay kabul edilmekle birlikte, makyaj malzemesinin özelliğine göre değişebilir. Süresi dolan malzeme bitmese bile atılmalıdır. Süresinden fazla kullanılan makyaj malzemelerinin %70'den fazlasında bakteriler ürettiği kanıtlanmıştır. Kurumuş rimel gibi ürünleri nemlendirmek için asla tükürük kullanmayın.

Alerjiniz varsa yeni aldığınız ürünleri tek tek deneyin

Makyaj malzemelerinde bulunan etkin ve koruyucu maddeler alerjik bünyesi olan kişilerde göz alerjisine neden olabilir. Alerjik bir bünyeniz var ve birden çok kozmetik ürünü birden aldıysanız, tercihen sıra ile deneyin ve alerji yapmadığına emin olduğunuz ürünleri kullanmaya devam edin.

Kirpik diplerine makyaj yaparken dikkat

Kirpik diplerini, yani göz sınırlarını belirgin hale getirmek için eye liner veya göz kalemi kullanırken, kirpiklerin göze yakın olan iç değil; dış kısmına sürmeye dikkat edin. Çünkü kirpiklerin göze yakın olan iç kenar kısmında gözyaşına katkıda bulunan "meibomean" yağ bezleri vardır. Bu bezler makyaj yapılırken tıkanırsa gözyaşı kalitesizleşir ve gözde batma, yanma, kızarma gibi rahatsızlıklara sebep olabilir. Hatta göz kapağında arpacık gibi enfeksiyonlar gelişebilir.

Makyaj yaparken hareketleriniz gözden dışarı doğru olsun

Rimel, kalem, far gibi göz makyaj ürünlerini uygularken, uygulama yönü gözden dışarı (uzağa) doğru olsun. Böylece ürünleri sürmek için kullandığınız fırça, kalem gibi araçların saydam tabakaya (kornea) batma olasılığı azalır. Makyaj yaparken gözünüze batan bir ürün olursa önce bol suyla yıkayın, gözde rahatsızlık devam ederse "Göz Hekimi"nize danışın.

Kuru göz rahatsızlığınız varsa makyajda nelere dikkat etmeli

Kuru gözünüz varsa, tozlanan, pul pul dökülen makyaj malzemeleri göz yaşıyla karışıp şikayetlerinizi arttırabilir. Göz muayenesinde gözyaşının içinde gezinen renkli makyaj tozları ile sık sık karşılaşırız. Bu tarz ürünler danışanlarımızın göz yakınmalarını (batma, yanma, kaşınma ve kızarma) artırıyor. Bu nedenle böyle ürünlerden kaşınmakta yarar var.

Kontakt lens kullanıyorsanız makyajda dikkat etmelisiniz

Kontakt lens ile makyaj yapılması yukarıda anlattığımız esaslara uyulursa sorun oluşturmaz. Genellikle lens taktıktan sonra makyaj yapılmasını öneriyoruz. Eğer önce makyaj yapar, ardından lens takmayı denerseniz, lens veya parmağınızın sürtünmesi nedeniyle makyaj malzemeleri lens yüzeyine takılabilir veya gözyaşıyla karışabilir. Bu da sizi rahatsız edebilir.



"Makyaj malzemelerinde bulunan etkin ve koruyucu maddeler alerjik bünyesi olan kişilerde göz alerjisine neden olabilir."

Göz enfeksiyonu geçiriyorsanız makyaj yaparken dikkat etmelisiniz

Yeni başlayan bir enfeksiyon varsa, iyileşene veya göz hekiminiz onaylayana kadar makyaja ara verilmelidir. Enfeksiyon varken kullanmış olduğunuz ürün varsa, bu ürünü atmak en doğru uygulama olacaktır.

Yatmadan önce makyaj mutlaka temizlenmeli

Tüm vücudumuz gibi gözlerimiz de uyku esnasında kendisini yeniler ve bir sonraki güne hazır hale gelir. Gözyaşı bezleri de gözün nemli kalmasını sağlar ve ertesi güne ferah başlamamız için çalışır. Uyku sırasında gözde kalan makyaj malzemesi bu yenileme sürecine şüphesiz engel olacaktır. Bu nedenle uygun temizleme malzemeleri ile makyajın uyku öncesinde temizlenmesini öneriyoruz. ■