Terbakar Matahari? Ini Dia 8 Cara Jitu Atasi Sunburn Pasca Aktivitas Outdoor!

Prolite – Pernah ngalamin *sunburn* setelah seru-seruan di luar ruangan? Pasti bikin nggak nyaman, kan? Tenang aja, karena kita punya solusinya!

Aktivitas di luar ruangan seperti berjemur, berolahraga, atau bahkan hanya beraktivitas sehari-hari dapat meningkatkan risiko *sunburn* atau terbakarnya kulit.

Paparan sinar matahari, khususnya sinar UV, bisa bikin kulit kita meradang, kemerahan, bahkan iritasi. Ngeri, ya? Apalagi kalau terus-terusan kena sinar matahari, bisa berakibat pada kerusakan jangka panjang, kayak penuaan dini dan bahkan kanker kulit.

Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan “Pace & Vibes”, Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

Ilustrasi seorang wanita yang mengalami Sunburn – Thetab

Tapi, tenang aja, Sobat! Di artikel ini, kita bakal bahas beberapa tips perawatan yang bisa

membantu kamu atasi dan mencegah kerusakan lebih lanjut pada kulit yang terbakar.

Dengan langkah-langkah perawatan yang tepat, kita bisa tetap menjaga kulit kita sehat dan aman meskipun sering beraktivitas di luar ruangan.

Baca Selanjutnya
Geger Ayu Ting Ting Lamaran dengan Anggota TNI Diam – diam