



es se

S K I N C A R E

Pro-Sun D Serum FAQ

Pro-Sun D Serum FAQ

Hoe moet je Pro-Sun D gebruiken?

Je kunt je volledige huidverzorgingsroutine doen - reiniging, mist, serum, moisturiser, etc. en we raden aan om het te gebruiken wanneer je normaliter je serum aanbrengt. Het kan gebruikt worden als vervanging van je dagelijkse serum, of naast je gebruikelijke dagelijkse serum. Het serum moet 's ochtends worden aangebracht (of op elk ander moment vóór je de zon ingaat) en moet idealiter 5 tot 15 minuten in de directe zon worden geactiveerd zonder make-up of zonnebrandcrème. Het is het beste om het aanbrengen van foundation en zonnebrandcrème uit te stellen tot na je blootstelling aan de zon om de vitamine D-synthese te bevorderen. Maar als het gebruik van zonnebrandcrème of foundation onvermijdelijk is, raden we toch aan om het Pro-Sun D serum eronder aan te brengen, omdat het nog steeds meer vitamine D produceert dan wanneer je het niet gebruikt. Zelfs zonder activering zorgt de Provitamine D in het Pro-Sun D serum ervoor dat de huid beter bestand is tegen stress door de productie van heat shock proteïnen te verhogen.

Moet ik het serum na blootstelling aan de zon er weer afwassen en breng ik daarna mijn normale huidverzorgingsroutine aan?

Nee, je brengt gewoon je normale huidverzorgingsroutine aan en hoeft het serum er niet af te wassen.

Is dit product veilig voor zwangere vrouwen?

Ja, het is veilig.

Hoe werkt Pro-Sun D met zweet? Hoe effectief is het nog als je zweet?

Als je sport en overvloedig zweet, is het niet het zweten zelf dat het probleem vormt, maar het moment waarop je het zweet afveegt. Wanneer je zweet afveegt, heeft dat invloed op hoe goed het product werkt.

Kun je met het product zwemmen, is het dan nog effectief?

Ja, 7-dehydrocholesterol is grotendeels gebonden, dus je kunt ermee zwemmen zonder dat dit van invloed is op de effectiviteit.

Reageert het op orale of topische medicatie of cortisonencremes?

Nee, dit komt van nature voor in je huideigen talg, dus het is niet waarschijnlijk dat er een reactie zou zijn op iets dat plaatselijk wordt aangebracht of oraal wordt ingenomen. Er zijn geen geneesmiddelen die een contra-indicatie zouden vormen.

We weten dat blootstelling aan UVA kan bijdragen aan vroegtijdige veroudering en andere problemen. Gaat de vitamine D-productie in de tijd die we in de zon doorbrengen de negatieve effecten van UVA tegen?

Het is belangrijk om te onthouden dat UVA in zonlicht vooral negatieve effecten heeft als gevolg van OVERblootstelling aan de zon. Er is aangetoond dat korte, veilige periodes van zonblootstelling - onder de minimale erythema-dosis (MED) - een reeks voordelen bieden en UVA zal tijdens deze korte periodes de veroudering niet veel versnellen. We raden aan om alleen je MED's te halen, waarbij je de vruchten plukt van gezonde vitamine D-niveaus zonder het risico te lopen op vroegtijdige veroudering.

Wat zijn de voordelen voor huid en lichaam (met wetenschappelijke ondersteuning)

Het is aangetoond dat vitamine D verschillende voordelen heeft voor de huid en het lichaam. Met het Pro-Sun D Serum richten we ons specifiek op de gezondheid en voordelen voor de huid. We claimen geen systemische voordelen.

- Reguleren van epidermale differentiatie
<https://doi.org/10.1038/s41574-019-0312-5>
- Aangeboren immuniteit reguleren
Piemonti L, Monti P, Sironi M et al.
Vitamine D3 beïnvloedt differentiatie, rijping en functie van menselijke monocyt-afgeleide dendritische cellen. J Immunol 2000; 164: 4443-4451. ;
<https://doi.org/10.1159/000485132> ; DOI:10.1111/j.1600-0625.2008.00768.x
- De barrièrefunctie bevorderen
<https://doi.org/10.4161/tisb.23118>

Hoe werkt het serum op de huid in combinatie met UVB?

Je huid scheidt Provitamine D (7-dehydrocholesterol) af als onderdeel van talg, je natuurlijke huidolie. In de aanwezigheid van UVB wordt deze Provitamine D omgezet in Previtamine D en uiteindelijk in Vitamine D die in de huid wordt opgenomen en wordt afgegeven aan de bloedbaan. Pro-Sun D bevat Provitamine D (het uitgangsmateriaal voor Vitamine D) om je huid te helpen haar Vitamine D-synthese te verbeteren, zelfs bij geringe blootstelling aan de zon.

Wanneer is het ideale moment om de 5-min Sun Spa te doen?

Dit hangt af van het tijdstip van de dag, hoe ver je van de evenaar af bent en het seizoen. Het enige dat echt van belang is, is dat je de UVB-blootstelling krijgt die nodig is om het serum te activeren. Vergeet niet dat UVB niet aanwezig is in zonlicht als de zon te laag aan de hemel staat. De zon moet in een hoek van 30° of hoger staan om UVB te leveren voor activering. Met behulp van de Dminder app kun je bepalen wanneer het een goed moment zou zijn om het meeste uit de Sun Spa te krijgen. Het kan je vertellen wanneer UVB beschikbaar is en hoeveel er aanwezig is. Als je schaduw even lang is als je lengte, staat de zon op 45°, dus je kunt ook je schaduw als een richtlijn gebruiken.

Moet je het elke dag gebruiken?

Idealiter wordt dit serum één keer per dag gebruikt vóór blootstelling aan de zon voor de beste resultaten. Vergeet niet dat het niet per se een heldere, zonnige dag hoeft te zijn om het product te activeren. Het is geen probleem als je het een dag niet gebruikt, maar we raden wel dagelijks gebruik aan. Over het algemeen denken we dat de gemiddelde huid dit soort supplement nodig heeft gezien de tijd die we binnenshuis doorbrengen.

Welke invloed hebben leeftijd en huidskleur op de vitamine D-synthese?

Provitamine D wordt in onze huid afgescheiden als onderdeel van talg. Naarmate we ouder worden, neemt de hoeveelheid Provitamine D in onze huidlipiden af, wat resulteert in een lagere Vitamine D productie. Dit verhoogt de kans op een tekort, wat weer leidt tot een dunne, ongezonde huid. De huidskleur speelt ook een rol bij de synthese van vitamine D, de productie duurt langer naarmate het pigmentgehalte van de huid toeneemt - een donkere huid heeft meer blootstelling aan de zon nodig om voldoende vitamine D te produceren. Des te meer reden om je huid te ondersteunen met het Pro-Sun D Serum.

Welk onderzoek ondersteunt de bewering van Esse dat blootstelling aan de zon goed is voor de huid en de aanmaak van vitamine D?

In de literatuur is dit goed aangetoond en er zijn veel onderzoeksartikelen die de voordelen van regelmatige en veilige blootstelling aan de zon benadrukken, evenals het belang van voldoende vitamine D in de huid. We verstrekken deze graag als je ze nodig hebt en we verwijzen naar diverse onderzoeken in het document over de "wetenschap achter het Pro-Sun D serum".

Hoe gebruik je het Pro-Sun D serum in combinatie met zonnebrandcrème? Kan het samen met andere huidverzorgingsproducten worden gebruikt?

Natuurlijk raden we altijd aan om uitsluitend Esse-producten te gebruiken. Dit is echter een enkelwerkend serum, geschikt voor alle huidtypen en -problemen. Pro-Sun D Serum kan dus in principe worden opgenomen in elke huidroutine naast andere producten. Hoewel we aanraden om je huid ten minste een paar minuten onbeschermd bloot te stellen aan Uv-straling om de vitamine D te activeren voordat je een zonnebrandcrème aanbrengt, kan het nog steeds onder een zonnebrandcrème worden gebruikt om te zorgen voor wat vitamine D.

Hoe meet je Vitamine D in de huid in plaats van in het lichaam? Hoe lang duurt het voordat je een verandering in de huidwaarden ziet?

Vitamine D (in het hele lichaam en in de huid) wordt gemeten door bloedtesten te ondergaan. De WHO-limiet voor een tekort ligt onder de 30nmol/L en afhankelijk van het gebruikte laboratorium kan een resultaat van 25nmol/L als "normaal" worden beschouwd. Oost-Afrikaanse jager-verzamelaars hebben een gemiddelde van 287nmol/L. Veranderingen in de huid kunnen worden waargenomen door verminderde gevoeligheid, verbeterde barrièrefunctie, toename in volheid en algehele verbetering van de huidtextuur. Wat betreft de "hoe lang", dit zal sterk variëren tussen personen op basis van hun dagelijkse blootstelling aan UV.

Hoe lang is het aanbevolen om het product aan te brengen voor blootstelling aan de zon?

Elk moment op de dag vóór de blootstelling is goed.

Moet het product op een blote huid worden aangebracht of mogen consumenten serums en hydraterende crèmes op de huid hebben?

Het aanbrengen van andere leave-on producten (behalve zonnebrandcrème en make-up) heeft geen invloed op de werking van het Pro-Sun D Serum.

Zijn er consumenten voor wie dit product niet geschikt is? Bijvoorbeeld bij zwangerschap, zonneallergie, acnegevoelige huid, etc.?

Het product is veilig voor alle huidtypes en voor zwangere vrouwen. Voor mensen met zonneallergie raden we aan om blootstelling aan de zon met dezelfde voorzichtigheid te benaderen als gewoonlijk nodig is voor de mate van gevoeligheid.

Is dit product geschikt voor gebruik het hele jaar door, ook in geografische gebieden met sterke zonnestrallen?

Dit hangt af van waar je woont. In sommige regio's is het hele jaar door voldoende UV-blootstelling om dagelijks effectief te kunnen gebruiken. Andere regio's hebben alleen voldoende UV tijdens de lente- of zomermaanden, dus voor die regio's is dit een seizoensgebonden product. In regio's waar de zonintensiteit hoog is (in de buurt van de evenaar), moet je de blootstellingstijd kort houden (5-10 minuten) of de Dminder app gebruiken om overmatige blootstelling te voorkomen. Hoe hoger de UVB-index, hoe korter de activeringstijd.

Wat gebeurt er als je niet genoeg Vitamine D hebt? Wat zijn de tekenen van een Vitamine D-tekort?

Naast een verminderde botdichtheid veroorzaakt een tekort aan Vitamine D onder andere depressie, auto-immuunziekten, hoge bloeddruk en kanker. Onlangs is ook ontdekt dat het insulineresistentie veroorzaakt. In de huid kan het in verband worden gebracht met inflammatoire huidaandoeningen, een doffe, dunne huid en vroegtijdige veroudering. Omdat de huid het beste functioneert met hogere vitamine D-niveaus dan andere weefsels, kan een tekort aan vitamine D op vele manieren op onze huid zichtbaar worden. Er is een verband tussen een vitamine D-tekort en verschillende ontstekingsproblemen van de huid, met name acne en psoriasis. Als je een ontstoken huid hebt in de vorm van een inflammatoire huidaandoening, is het de moeite waard om ervoor te zorgen dat je huid voldoende vitamine D heeft.

Wie heeft het grootste kans op een vitamine D-tekort?

Hoe verder iemand van de evenaar is verwijderd, hoe groter het risico op een Vitamine D-tekort. Er is een zeer sterke correlatie tussen UVB-straling en een Vitamine D-tekort, zelfs nu orale suppletie al bijna gemeengoed is geworden. Ouderen produceren tot 50% minder Vitamine D dan jongeren, waardoor ze sneller een tekort kunnen krijgen - hoewel er manieren zijn om deze verschuiving tegen te gaan. Mensen die de meeste tijd binnenshuis doorbrengen lopen ook een hoger risico, om voor de hand liggende redenen. Natuurlijk behoren de meesten van ons tot deze categorie, maar korte, veilige blootstellingssessies kunnen veel doen om dit risico te verminderen.

Wat gebeurt er met je Vitamine D-productie als je wordt blootgesteld aan direct zonlicht?

De huid begint direct na blootstelling aan Uv-straling met de aanmaak van Vitamine D. Binnen een paar minuten wordt een groot deel van de provitamine D op je blootgestelde huid omgezet in previtamine D (de snelheid van deze omzetting hangt af van de UVB-intensiteit). Deze previtamine D wordt dan langzaam omgezet in vitamine D₃ gedurende de volgende paar dagen, wat leidt tot een piek in vitamine D-niveaus, ongeveer 7 tot 14 dagen na blootstelling aan zonlicht. In tegenstelling tot orale inname geeft deze geleidelijke afgifte geen pieken in je vitamine D-bloedspiegels, waardoor het risico op toxiciteit, dat geassocieerd wordt met hogere orale doses, wordt voorkomen.

Hoe lang moet je na het aanbrengen van Pro-Sun D in de zon om maximaal profijt te hebben en moet ik hierbij gebruikmaken van de Dminder App?

Ja, Dminder kan hierop een goede aanvulling zijn, maar het is geen vereiste. Je hebt ongeveer 5 - 15 minuten blootstelling aan UV nodig om het serum te activeren wanneer de zon hoog genoeg aan de hemel staat. De Dminder app is gewoon een handig hulpmiddel om te weten wanneer het zonlicht deze kans biedt. Een praktische tip om te weten of de zon hoog genoeg staat voor vitamine D-productie is de "schaduwregel": als je schaduw **korter** is dan je lengte, staat de zon op dat moment in een hoek die bevorderlijk is voor de vitamine D-synthese.

Is de ochtendzon voldoende als je Pro-Sun D gebruikt?

Dit hangt af van het seizoen en je locatie, maar ook van hoe vroeg in de ochtend het is. De zon bereikt alleen op een bepaald moment van de dag de juiste hoogte aan de hemel om voldoende UVB af te geven voor vitamine D aanmaak.

Moet de aanbevolen blootstellingstijd continu zijn of zouden kortere blootstellingstijden gedurende de dag veiliger, gunstiger of zelfs nog steeds effectief zijn?

Kortere belichtingstijden zullen nog steeds effectief zijn, maar de door ons voorgestelde tijden zijn al relatief kort. 5 minuten is kort genoeg om het niet op te splitsen in meerdere kortere sessies gedurende de dag. Je kunt zeker meerdere sessies van 5 minuten doen in de loop van de dag. Als je onder de 15 minuten per sessie blijft, kun je veilig verbranding voorkomen.

Als ik Pro-Sun D Serum op mijn rug aanbreng en het laat omzetten in Vitamine D, profiteert de huid van mijn gezicht dan ook van de voordelen van Vitamine D of moet ik het echt op mijn gezicht aanbrengen?

De huid van je gezicht profiteert het meest van de vitamine D die het zelf aanmaakt, dus we raden aan om het Pro-Sun D serum te gebruiken op de gebieden waar je vitamine D wilt aanvullen..

Zou lichttherapie werken met dit serum?

Provitamine D heeft een bepaalde golflengte van UVB-licht nodig om geactiveerd te worden. Deze golflengte ontbreekt in de meeste apparaten voor lichttherapie, dus hoewel het serum gebruikt kan worden met lichttherapie, raden we toch aan om het te activeren met volledig, ongefilterd zonlicht voor optimaal resultaat.

Dragen zonnebanken bij aan de activering van Pro-Sun D?

Bruinen gebeurt in het lage blauwe UV-bereik. Hoewel sommige zonnebanken een overloopeffect hebben in het UVB-bereik, is de omzettingsefficiëntie veel lager dan bij natuurlijk zonlicht.

Werkt het als ik het aanbreng voordat ik ga zwemmen of aan water blootgesteld word?

Ja, 7-dehydrocholesterol wordt gebonden en zal gewoon werken.

Waarom is foliumzuur zo belangrijk bij de aanmaak van Vitamine D?

Terwijl vitamine D wordt gesynthetiseerd, kan overmatige blootstelling aan UVB ook leiden tot de afbraak van foliumzuur - een essentiële voedingsstof voor DNA-synthese en -reparatie (en voor een gezonde ontwikkeling van de foetus). Korte, verstandige blootstelling aan de zon voorkomt foliumzuurafbraak en zorgt toch voor een gezonde aanmaak van vitamine D.

Wat is het ideale vitamine D-niveau in het bloed?

De officiële aanbevelingen voor serum vitamine D-spiegels kunnen per organisatie enigszins verschillen. Twee van de meest genoemde richtlijnen komen echter van het Institute of Medicine (IOM) en de Endocrine Society, deze geven waarden in zowel nanomol per liter (nmol/L) als nanogram per milliliter (ng/mL).

Aanbevelingen van het Institute of Medicine (IOM):

Tekort: Serum 25-hydroxyvitamine D (25(OH)D)-spiegels lager dan 20 ng/mL (50 nmol/L).

Voldoende: Serum 25(OH)D-spiegels tussen 20 ng/mL (50 nmol/L) en 50 ng/mL (125 nmol/L).

Meer dan voldoende: Niveaus boven de 50 ng/mL (125 nmol/L) kunnen als meer dan voldoende worden beschouwd en er kunnen nadelige effecten optreden wanneer de niveaus hoger zijn dan 125 ng/mL (312,5 nmol/L).

Aanbevelingen van de Endocrine Society:

Tekort: Serum 25(OH)D-spiegel lager dan 20 ng/mL (50 nmol/L).

Niet genoeg: Serum 25(OH)D-spiegels tussen 21 ng/mL (52,5 nmol/L) en 29 ng/mL (72,5 nmol/L).

Voldoende: Serum 25(OH)D-spiegels van 30 ng/mL (75 nmol/L) of hoger tot 100 ng/mL (250 nmol/L), wat als optimaal wordt beschouwd voor het behoud van gezonde botten en spieren.

Hoe vervangt Pro-Sun D Serum blootstelling aan de zon?

Pro-Sun D Serum **vervangt** de behoefte aan blootstelling aan de zon **niet**. Het is bedoeld om je vitamine D-synthese te stimuleren, waardoor je minder lang in de zon hoeft door te brengen. Het vereist nog steeds UVB-activering.

Werkt het product nog steeds zonder de 5 minuten blootstelling aan de zon?

Het product is het meest effectief als het wordt geactiveerd door UVB, maar provitamine D biedt ook een aantal voordelen voor de huidfunctie zonder te worden omgezet. Het verhoogt bijvoorbeeld de productie van heat shock-eiwitten in de huid. Cellen produceren heat shock-eiwitten om zichzelf te beschermen tegen toekomstige temperatuurschommelingen. Ze zorgen ervoor dat de normale celstofwisseling door kan gaan, zelfs in moeilijke omstandigheden. Dit is een heel goede maatstaf voor hoe veerkrachtig een cel is bij negatieve impact in het algemeen. De Provitamine D in Pro-Sun D zorgt voor een verbeterde veerkracht van de huid, zelfs als het product niet geactiveerd is.

Wat zijn de voordelen van Vitamine D voor de huid en welke huidaandoeningen hebben het meeste baat bij het serum?

Alle huidtypes kunnen hier voordeel uit halen, maar vooral diegenen die te maken hebben met veroudering of een dunne, gevoelige huid. Vitamine D helpt de celproliferatie te reguleren evenals de immuunreacties van de huid, verbetert de barrièrefunctie en de algehele uitstraling van de huid, wat resulteert in een gezonde en stralende huid.

Wat gebeurt er als we een overdosis Vitamine D nemen?

Overdosering is geen probleem bij suppletie via de huid, maar orale suppletie kan de bloedspiegels van vitamine D en zijn metabolieten doen stijgen. Wanneer de vitamine D-spiegels in het bloed te hoog worden, kan er calcium worden afgezet aan de binnenkant van slagaders (vasculaire calcificatie), wat werkt als een plaats voor cholesterolaafzetting. Dit verhoogt het risico op slagaderverkalking en hartaandoeningen.

Hoe gebruiken we het serum in combinatie met andere Esse-producten?

Het Pro-Sun D Serum kan gemakkelijk worden opgenomen in elke huidverzorgingsroutine, als een op zichzelf staand serum of in combinatie met andere Esse-serums. Je kunt ze over elkaar aanbrengen voordat je je moisturiser aanbrengt.

Is het een aanbeveling om aan het einde van de professionele behandeling Pro-Sun D aan te brengen in plaats van zonnebrandcrème en een korte zonblootstelling aan te bevelen?

Ja, dat zou een geweldige laatste stap kunnen zijn!

Kunnen we het gebruik van Pro-Sun D en Clarifying Oil combineren?

Wanneer je de Clarifying Oil al gebruikt, raden we niet aan om het Pro-Sun D Serum aan je routine toe te voegen. De Clarifying Oil bevat al Provitamine D, dus deze zal de huid al aanvullen met vitamine D en tegelijkertijd andere voordelen bieden die specifiek geschikt zijn voor de behandeling van milde tot matige acne vulgaris.

Waarom zit Pro-Sun D in de Core Range en niet in de Sensitive Range?

We hebben het serum als onderdeel van de Core Range gelanceerd, omdat het een groot voordeel biedt voor alle huidtypes. De lancering van dit product als onderdeel van één van de andere lijnen kan de indruk wekken dat het alleen nuttig is voor bepaalde situaties of huidcondities. Voor ons is het daarom het meest logisch om het in het Core-assortiment te plaatsen. Het Pro-Sun D Serum maakt deel uit van een serie serums met één actief ingrediënt. Dit zijn tot nu toe het Bakuchiol Serum en het Pro-Sun D Serum. Deze hele serie zal worden gelanceerd in de Core Range.

De zon is vaak genezend voor acne - komt dit door het cel regulerende mechanisme en minder verstopping van de poriën? Is er een verband tussen aandoeningen zoals acne en een laag vitamine D-niveau?

Ja, er is een sterk verband tussen een laag vitamine D-niveau en de ernst van acne. Dit wordt door talloze onderzoeken ondersteund. De rol van vitamine D bij acne kan worden toegeschreven aan verschillende mechanismen. Ten eerste is acne een ontstekingsziekte en vitamine D kan ontstekingen verminderen, wat leidt tot minder acne. Daarnaast verbetert vitamine D de barrièrefunctie van de talgklieren, wat cruciaal is bij het voorkomen van acne. Tot slot reguleert het de immuunrespons. Minder ontstekingen, een verbeterde barrièrefunctie en modulatie van de immuunrespons - evenals het minimaliseren van hyperkeratose - benadrukken waarom vitamine D een belangrijk ingrediënt is in de Clarifying Oil.

Wat is een hoge SPF? 30 en meer? Welke SPF laat nog vitamine D-synthese toe?

SPF staat voor Sun Protection Factor en vertelt je hoeveel langer je in de zon kunt blijven zonder te verbranden. Als je bijvoorbeeld normaliter na 10 minuten verbrandt, kun je met een SPF 20, 20 keer langer in de zon blijven - 200 minuten. Er is echter veel angst zaaiende marketing die hogere SPF-nummers promoot. In 2002, toen Trevor met Esse begon, kon je voornamelijk zonnebrandcrèmes vinden met een SPF tot 20 of 30. Maar nu is het niet ongebruikelijk om SPF 100 in de schappen te zien liggen. Deze verandering laat zien dat mensen zich steeds meer zorgen maken over zonschade en denken dat een hogere SPF ook een betere bescherming betekent. Omdat producten met SPF UVB blokkeren, remmen ze daarmee ook de vitamine D-synthese in de huid. Zelfs een SPF die naar huidige maatstaven als extreem laag wordt beschouwd - een SPF van 8 - onderdrukt de vitamine D-synthese bijna volledig en blokkeert ongeveer 92% van de Uv-straling. Alleen een zeer lage SPF zal enige zinvolle vitamine D-synthese mogelijk te maken zonder een product als Pro-Sun D om je productie te stimuleren.

Kan ik vitamine D aanmaken in een zonnebank?

Je huid heeft UVB van een bepaalde golflengte nodig om vitamine D aan te maken. Deze golflengtes zijn niet aanwezig in het licht dat door een zonnebank wordt uitgezonden. Het is goed om te weten dat je niet echt bruin wordt van UVB. Het zijn UVA en blauw licht die je grotendeels bruinen.

Is het Pro-Sun D Serum ook goed voor de algemene gezondheid?

Om dat te kunnen beweren, zouden we de systemische voordelen ervan onweerlegbaar moeten bewijzen in een medische trial. Dit is grotendeels de reden waarom we veel praten over de huid en de gezondheid van de huid, in tegenstelling tot systemische vitamine D en de algehele gezondheid. Hoewel het zeer waarschijnlijk is dat de doses vitamine D in het Pro-Sun D serum systemische voordelen hebben, moeten we het in de communicatie over Pro-Sun D vooral hebben over de effecten op de huid.

Wat is de dosis vitamine D per toepassing?

Ergens tussen de 12 000-16 000 IE, afhankelijk van hoe je het product gebruikt. Het activeringsniveau hangt sterk af van waar je je bevindt en hoe lang je in de zon zit. Normale activeringsniveaus - bijvoorbeeld een half uur blootstelling aan de zon om 10 uur 's ochtends in de lente - liggen ergens rond 62%-64%. Je zou dan 14.000 IE extra binnenkrijgen. Onthoud dat, ondanks dat deze doses relatief hoog lijken, het onmogelijk is om een overdosis vitamine D via je huid binnen te krijgen.

Dus hypothetisch gezien, als je in bijvoorbeeld in Scandinavië woont, zou het echt een aanrader zijn om de Dminder App te gebruiken, om erachter te komen wanneer je het Pro-Sun D Serum moet aanbrengen en wanneer je in de zon moet gaan?

De app zal je helpen om te bepalen wanneer het serum geactiveerd kan worden, maar wat eigenlijk het meest belangrijk is, is de hoek van de zon aan de hemel. Als de zon hoger staat dan 30° vanaf de horizon, kun je het serum activeren en vitamine D aanmaken. Als je schaduw even lang is als je lengte, staat de zon op 45° aan de hemel. Dit kan worden gebruikt als een ruwe richtlijn, maar de Dminder app maakt dit zeker veel gemakkelijker, omdat het je precies vertelt onder welke hoek de zon staat en wanneer vitamine D synthese mogelijk is.

Om het meeste uit het product te halen, zou het ideaal zijn om eerst bloot te stellen aan zon en pas daarna de Foundation aan te brengen?

Ja., maar elke hoeveelheid vitamine D is beter dan geen vitamine D. Als je huid op dit moment nul vitamine D uit zonlicht krijgt, is alles wat het serum voor je doet een sterke verbetering. De voorkeur ligt bij activatie van het serum met zonblootstelling, maar zelfs als je SPF op hebt (ook de Esse Foundation) zal het kleine beetje dat je aanmaakt door die SPF of foundation zeker helpen.

Ik heb een drukke dag en het lukt niet om 5 minuten naar buiten te gaan. Zouden de kleine beetjes UV-blootstelling die ik krijg door bijvoorbeeld van mijn auto naar de deur te lopen voldoende zijn om het te activeren?

De activering van provitamine D is geen eenvoudig ja of nee proces; het varieert op basis van verschillende factoren zoals locatie, tijd van het jaar en duur van de blootstelling. Kortom, zelfs 30 seconden in de zon biedt ongeveer een conversie van 1 of 2%. De omzetting begint onmiddellijk na blootstelling aan UVB, dit gebeurt aanvankelijk snel en vertraagt dan na verloop van tijd. De meeste voordelen worden verkregen in de eerste paar minuten, waarna de omzettingssnelheid afneemt bij langdurige blootstelling.

Wat zou er gebeuren als je twee uur naar buiten gaat in een zonnig land en alleen het Pro-Sun D serum draagt? Zou het slechter zijn dan wanneer je iets anders of hetzelfde zou dragen?

Het zou beter zijn dan niets dragen, dit komt door de Heat Shock proteïnen en de voorbereiding van de huid op die blootstelling. Dit serum biedt echter geen SPF-bescherming. Het zal de reactie van je huid op blootstelling aan de zon verbeteren, maar het zal niets doen om te voorkomen dat je verbrandt als je te lang in de zon bent.

Moet je dit elke dag gebruiken of is een paar dagen per week voldoende?

Het is geen probleem als je het een dag niet gebruikt, maar we raden wel aan om het dagelijks te gebruiken. Over het algemeen zijn we van mening dat de gemiddelde huid dit soort supplement nodig heeft gezien de tijd die we binnenshuis doorbrengen.

Hoe kunnen we het Pro-Sun D serum adviseren aan landen met een beperkte blootstelling aan de zon? Zou het een seizoensgebonden serum zijn en adviseren jullie orale vitamine D suppletie in de winter?

In de winter kun je het beste een supplement van nemen tussen de 600 en 1000 IE. We raden je aan de Dminder App te downloaden, die je precies vertelt wanneer je wel en geen Vitamine D kunt aanmaken. Je kunt het beste het serum aanschaffen in de tijd van het jaar waarin vitamine D synthese mogelijk is.

Werkt het product even goed op een donkere huid?

Ja, we brengen het aan op het huidoppervlak, boven de pigment laag in de huid. Er is veel onderzoek gedaan naar transdermale vitamine D-suppletie. Het voordeel voor mensen met een donkere huid is dat de Provitamine D zich aan de oppervlakte bevindt en niet onder de melanine laag,. Dit betekent dat de activering niet wordt beïnvloed door het donkere pigment. Dit serum is juist nuttig voor mensen met een donkerder huidtype, omdat zij normaal gesproken langer aan de zon blootgesteld moeten worden om de benodigde hoeveelheid vitamine D te kunnen produceren.

Worden hier externe Bonn-studies voor gedaan?

Ja, daar wordt aan gewerkt. De patchtests zijn al gedaan. We hebben het getest op 50 mensen met een gevoelige huid en dat heeft een positief resultaat opgeleverd.

Als je een week op vakantie gaat naar een gebied met veel zon vanuit een gebied met weinig zon, is het dan aan te raden om Pro-Sun D de hele week te gebruiken?

Ja, de verhoogde zonintensiteit activeert het product sneller. Er is geen risico op een overdosis Vitamine D door de verhoogde intensiteit van de zon. Zorg er alleen voor dat je niet verbrandt en dus veilig omgaat met de zon.

Zou een lichttherapielamp de juiste golflengte hebben om Pro-Sun D te activeren?

Nee, UVB-producerende LED's zijn nog maar net ontwikkeld en kunnen de huid verbranden als ze niet op de juiste manier worden gebruikt. Lichttherapielampen zenden niet de UVB uit die nodig is om het serum te activeren.

Is dit het eerste Provitamine D-huidproduct ter wereld?

Het is niet de eerste ter wereld. Onze Clarifying Oil bevat Provitamine D en ook andere merken hebben dit ingrediënt al eerder toegevoegd. Je kunt de aanwezigheid van dit ingrediënt herkennen door te zoeken naar "7-dehydrocholesterol" in een ingrediëntenlijst. Er zijn echter niet veel producten die deze actieve stof bevatten. Het ontwerp en de aanpak van het Pro-Sun D serum is echter uniek en we hebben het gevoel dat we een product hebben ontwikkeld dat de voordelen van vitamine D benut op een manier die geen enkel ander merk eerder heeft gedaan.

