

- ❖ Do solária chodíme zdraví, bez rýmy, nachlazení a teplot. Při užívání antibiotik se zásadně nesluníme i po jejich využívání by měla nastat pauza minimálně 14 dnů. Při užívání dalších léků se poraďte se svým lékařem.
- ❖ Vždy respektujte dobu opalování, která je závislá na typu vaší pokožky a typu solária. Dodržujte opalovací časy a pauzu mezi opalovacími kůrami (tj. 6 - 10 opálení), opalovat se chodíte nejlépe obden. Celkový počet slunění za rok by neměl být vyšší než 60 návštěv.
- ❖ Oči si chraňte pomocí UV brýlí. Zavřená víčka vaše oči dostatečně nechrání a může dojít k poškození sítnice oka. Před opalováním vyjměte kontaktní čočky.
- ❖ Odstraňte šperky a veškerou dekorativní kosmetiku (make-up, oční stíny, parfémy, atd.), protože velmi často obsahují prvky, které zvyšují citlivost pokožky a mohou způsobit bodové opálení (tzv. pigmentové skvrny).
- ❖ Jednu před a dvě hodiny po opalování se nesprchujte, narušili byste tak proces pigmentace.
- ❖ Používejte solární kosmetiku tedy klinicky testované přípravky, které jsou určeny k opalování v soláriu. Například RADICAL, BODY, EMERALD BAY. A to před i po opalování, především pro výživu a ochranu kůže a také pro dlouhotrvající účinek opálení. Rozhodně nedoporučujeme používat žádné jiné produkty (pleťová mléka, indulonu, samoopalovací přípravky, přípravky obsahující ochranné faktory určené k opalování na slunci, atd.) Solární kosmetiku aplikujte až před opalováním ve studiu.
- ❖ Nikdy nekombinujte v jednom dni opalování v soláriu s opalováním na slunci. Neopalujte se při opakovaném vystavení pokožky rentgenovým paprskům.
- ❖ Pokud vaše pokožka po návštěvě solária negativně reaguje (zarudnutí, svědění, pálení) informujte o tom personál provozovny. Nikdy nemanipulujte s příslušenstvím solária, aby nedošlo k jeho poškození.
- ❖ Před návštěvou solária nikdy nekonzumujte alkoholické nápoje, vyhnete se tak nebezpečí zkolabování. V případě náhlé nevolnosti ukončete opalování, opusťte kabinu solária a informujte personál.