

Как правильно загорать и сохранить загар?

Лето, однако, закончилось, оставив на память кому головную боль от солнечного удара, кому шелест ночного прибоя и вкус губ того "единственного и неповторимого", о котором, впрочем, вы уже успели позабыть, и главную гордость побывавших на солнце - загар. Да вот незадача - смывается он до обидного быстро.

Между тем, чтобы подольше продержат свое тело в смуглом состоянии, можно прибегнуть к трем проверенным народным опытом хитростям. В первом случае народ нам советует умываться чаем, или же, если кожа жирная, протирать лицо кубиками замороженного чая, который имеет свойство придавать всему, с чем соприкасается, темноватый оттенок.

Вторая хитрость недалеко ушла от чая и заключается в кофе. Суть ее в том, чтобы делать чистку лица спитой кофейной гущей. Ну, и в заключение любого умывания, будь то чай или кофе, необходимо обязательно наносить на кожу увлажняющий крем.

Хорошо увлажненная кожа меньше шелушится и лучше держит клетки, заполненные меланином. И вообще, не бойтесь тереть себя мочалкой почаще. Больше, чем положено, не сотрете, а вот грязь и неравномерно линяющее тело вас явно не украсят. Ну а если все выше приведенные способы не дали желаемого результата и загар неотвратимо сходит, то посоветовать можно только одно - идите в солярий.

Автор - **Максим Селинский**
[Источник](#)