Автор: admin
11.04.2011 10:19 -

Как ухаживать за своим лицом, или Побалуем себя, любимых.

Если кожа у Вас нежная, гладкая, розовая и упругая, если на ней никогда не бывает прыщей, то Вам очень повезло! Это значит, что Вам лучше не портить кожу обилием косметики. Помните – модели из рекламы какой-нибудь пудры рано уходят в отставку! Хоть это и звучит смешно, но все, что нужно вашему лицу, это умывание мягким туалетным мылом утром и вечером. Дорогие лосьоны, гели, пудры и помады лишь портят естественную природную красоту Вашего лица! Но если все-таки зловредные прыщи добрались до Вашего любимого личика, если Ваша кожа либо слишком сальная и блестящая, либо сухая с раздражениями – тогда за дело! Такой коже нужна Ваша помощь, хороший и правильный уход.Для начала определитесь, какая у Вас кожа. Всего бывает 4 разных типа – нормальная, сухая, жирная и смешанного типа.ЕСЛИ У ВАС НОРМАЛЬНАЯ КОЖА, Вы должны просто-напросто регулярно следить за ее чистотой, т.е. дважды в день умываться с мылом.ЕСЛИ У ВАС СУХАЯ КОЖА, то Вам следует пользоваться только мягкими средствами, не содержащими спирта. Умывайтесь жирным мылом и лучше делать это не чаще 1 раза в день, можно и реже (полраза в день…). Также Вам необходимо использовать специальный очищающий крем, богатый витаминами, или средства природной косметики. Вам можно рекомендовать ежедневную смазку – умывание подсолнечным, оливковым и другими растительными маслами. Для этого надо нанести на кожу ватным тампоном небольшое количество масла, подождать, пока оно впитается, и смыть кипяченой водой с мылом или отваром трав (1 ст. ложку любой травы залейте стаканом кипятка и дайте настояться минут 10). Вам также нельзя забывать о Вашей важнейшей части тела – шее, на нее тоже нужно наносить увлажняющие кремы. Причем такой крем Вы можете изготовить сами: 1 ст. ложку цветков ромашки залейте ½ стакана кипятка, настаивайте 2 часа, затем процедите. После расплавьте на пару́ 50г топленого сливочного масла, добавьте ¼ стакана настоя ромашки, 2-3 чайные ложки касторового масла, ½ чайной ложки глицерина и 30г камфарного спирта – крем готов! Причем его можно наносить как на шею, так и на лицо.ЕСЛИ У ВАС ЖИРНАЯ КОЖА, то умываться Вам надо кисломолочными продуктами или овсяными хлопьями не реже 2-х раз в день. Для этого нужно смолоть 1 стакан хлопьев на мясорубке, добавить 1 чайную ложку питьевой соды, хорошо перемешать и хранить в стеклянной баночке. Затем просто добавьте в 1 ст. ложку смеси кислое молоко или воду так, чтобы образовалась кашица, постепенно нанесите на лицо и шею. Затем смойте массу теплой водой, ополосните лицо подкисленной или подсоленной водой. После умывания полезно протереть лицо и шею кусочком льда. Для предупреждения прыщей пользуйтесь спиртовыми лосьонами, однако старайтесь не обезжиривать кожу слишком сильно! Пользуйся средствами природной косметики. Хорошо стягивает поры и отбеливает кожу белковая маска. Взбейте 1 белок до образования пены, постепенно добавляйте 1 чайную ложку лимонного сока. Пену нанесите на лицо кисточкой, когда маска начнет подсыхать, нанесите второй слой. Смывайте маску сначала теплой, потом холодной водой. Также не забывайте – питание тоже влияет на появление прыщей и на салоотделение! В общем, приходится выбирать – или продолжать ублажать себя, любимую в еде, или жить

спокойно без прыщиков… и без сладкого. Кроме сладостей на кожу влияет жирная, жареная, острая пища, а также крепкий кофе и чай, если ими злоупотреблять.ЕСЛИ У ВАС КОЖА СМЕШАННОГО ТИПА, это значит, что некоторые ее участки жирные, а некоторые – сухие. Если у Вас много времени и терпения, то Вам следует ухаживать за каждым участком кожи отдельно. Для очистки всего лица подойдет косметическое молочко или специальные универсальные кремы. Из средств природной косметики попробуйте очищать кожу отварами трав (календулы, мяты, шалфея), а вечером протирайте лицо чаем с молоком.Но какой бы ни была Ваша кожа, запомните следующее:1. Если Вы собираетесь использовать какой-нибудь крем или другое косметическое средство в первый раз, не стоит наносить его на все нужные части тела (хотя и на ненужные тоже не следует…). Вначале необходимо проверить, нет ли у Вас аллергии. Для этого небольшое количество средства нанесите на внутреннюю поверхность предплечья (звучит сложно, но найти легко!). И через 24 часа наблюдайте реакцию Вашей кожи, но не расстраивайтесь, если кожа в этом месте не стала гладкой, чистой и мягкой, как у ребенка, это значит, что аллергии на это средство у Вас нет!2. Перед выходом на улицу в сильный мороз, не пользуйтесь увлажняющими кремами! На морозе влага замерзнет, и на Вашем лице появится ледяная маска. Лучше перед выходом смазать лицо растительным маслом.3. Никогда не забывайте о том, что помогает женщине или девушке управлять главным мозговым центром… о шее. Именно она, бедная, в первую очередь подвержена появлению морщин, поэтому необходимо ухаживать за ней так же, как и за лицом.Надеюсь, что Вы достигнете видимого результата в кротчайшие сроки с этими рекомендациями. Желаю всего-всего!

Автор - **Анна Иванова**
Источник