Автор: Spellbourne
17.06.2007 05:20 -

Не секрет, что возраст женщины выдают руки. Однако, многие из нас ограничивают уход за ними одним-единственным кремом, да и тот используют лишь на ночь. Забывая, что использовать его необходимо после каждого контакта с водой. И совсем не берется в расчет, что свидетелем прожитых лет является пересушенная, покрытая морщинами кожа,

На протяжении многих веков женщины поняли, что мужчинам нравится любоваться и целовать дамские ручки. Поэтому женщины стараются подчеркнуть красоту женских рук, не жалея на это средств.

Ухаживать за руками нужно очень тщательно, ибо в отличие от других частей тела, они чаще подвергаются агрессивным внешним воздействиям.
Вот некоторые цифры, чем заняты руки:

— 5 раз в день чем-нибудь заняты в воде;
— 20 раз в течение месяца, чистят овощи;
— 150 раз в год моют голову;
— 500 раз в течение 10 лет, чистят ванную и кухню;
— 36 000 раз на протяжении всей жизни моют посуду.

При этом стоит напомнить о «прогулках» по морозу, о «загаре» на пляже. А еще они «бегают» по клавиатуре, шьют, водят машину и прочее. Так может быть, природа сама позаботилась о руках? Ничего подобного. И даже наоборот.

На тыльной стороне рук расположено сравнительно мало сальных желез и почти нет подкожного жирового слоя. При этом роговой слой кожи содержит в 4-5 раз меньше воды, чем кожи лица. Вывод очевиден. Если добавить к повышенной нагрузке на кожу, с ее слабой системой самозащиты, действие внутренних факторов старения (например, изменения гормонального баланса), становится ясно, почему красивые,мягкие, пухлые и белые в 20 лет руки – к ЗО годам становятся сухими, а к 150 годам - покрываются сеткой уве¬личенных вен, морщинками и пигментными пятнами.

Уход за руками.

Вот несколько рецептов по уходу за руками.

— Мытье рук: только теплой водой, так как от горячей воды кожа рук становится дряблой и вялой, а от - холодной кожа начинает шелушиться. Вместо обычного мыла лучше использовать жидкое (гель, пенку) с увлажняющими и смягчающими добавками. И помнить про ежедневное использование крема для рук.

— Маникюр - гигиеническая обработка рук, для предупреждения и профилактики заболеваний, связанных с кожей и ногтями, а так же для наведения красоты.

— Массаж - очень полезен для рук, особенно регулярный. Любой массаж рук не отнимет много времени, а польза от него будет всему организму, потому что на ладонях, как известно, имеется множество биологически активных точек, отвечающих за определенные органы тела.

— Парафинотерапия – способствует улучшению кровообращение, повышает тонус мышц и упругость кожи, усиливается секреция потовых и сальных желез. Способствует уменьшению отечности. При застывании парафин начинает затвердевать, мешая тем самым коже собираться в складки, помогая расправить их, препятствует растяжению тканей. Помимо косметического эффекта теплый парафин обладает лечебными свойствами. Он помогает при болях, растяжениях, артритах и ревматизме.

Автор: Spellbourne
17.06.2007 05:20 -