

Как зимой сохранить свежесть кожи при помощи «домашней косметики»?

Осенью и зимой меняется не только погода, но и мода. Макияж и уход за кожей также не могут остаться прежними.

Летом кожа страдает от ультрафиолетовых лучей. Зимой на ее состояние оказывает сильное влияние ветер, холодный воздух и недостаток витаминов. Следовательно, зимой нашей коже необходим более тщательный уход.

В холодное время года надо выбирать не только косметические средства, которые сохраняют красоту кожи, но и средства, которые могут улучшить ее состояние.

Покупная косметика, безусловно, поможет коже справиться с испытанием холодной погодой. Однако существует множество «домашних рецептов», которые очень эффективны и даже во многом превосходят покупную косметику.

Умывание

Зимой забудьте про мыло. Мыло очень сушит кожу, особенно в холодное время года. Чем же заменить мыло при умывании?

Налейте на ладонь одну чайную ложку кефира, насыпьте в него столько же поваренной соли или сухой морской капусты. Этой смесью легко массируйте лицо и шею по массажным линиям. Помимо очищающего эффекта, который дает кефирная смесь, она помогает удалить «мертвый» слой клеток кожи и способствует ее омоложению. Этой смесью лучше умывать лицо по утрам. Вечером же воспользуйтесь растительным маслом, нанесенным на ватный тампон (лучше оливковым). Масло прекрасно удаляет макияж. Также вечером вы можете использовать лосьон без спирта или сок.

Примите к сведению, что систематическое умывание горячей водой неизбежно приведет к увяданию кожи.

«Бархатные ручки»

Наши руки постоянно подвергаются нагрузкам. Уборка, стирка, мытье посуды, контакт с чистящими средствами, к сожалению, не прибавит им молодости. Кожа рук старится быстрее, чем кожа других частей тела. Часто женщины забывают о перчатках, когда выходят на улицу. Кожа рук под действием холодной температуры может начать шелушиться и даже потрескаться. Чем мы можем помочь своим рукам зимой?

Главное правило: перед любой домашней работой наденьте на руки резиновые перчатки. Перед контактом с бытовой химией не забывайте смазать кожу рук защитным кремом. После выполнения домашней работы обязательно вымойте руки теплой водой с

Автор: admin
13.03.2011 16:03 -

мылом.

Чтобы сделать кожу рук бархатистой, достаточно время от времени проводить следующую процедуру: половину чайной ложки сахарного песка перемешать с тем же количеством растительного масла. Этой смесью легко помассируйте кожу рук до тех пор, пока сахар не растворится. После этого ополосните руки прохладной водой и промокните салфеткой или полотенцем.

«Витаминизация»

Чтобы в холодное время года поддерживать кожу лица в идеальном состоянии, подпитайте ее витаминами. Самые необходимые витамины для нашей кожи – это А, Е, Д. Их масляные концентраты можно купить в любой аптеке.

Витаминная маска для сухой и нормальной кожи:

- яичный желток смешайте с солью (на кончике ножа). Налейте себе на ладонь две столовые ложки своего крема (желательно, жидкого), добавьте в него подготовленный желток. Затем накапайте в полученную смесь по десять капель каждого из вышеперечисленных витаминов. Перемешайте. Нанесите на сухую кожу. Маска снимается ватными тампонами, смоченными в чае.

Если после пребывания на морозе ваша кожа стала сухой, и у вас появилось чувство стянутости, сделайте горячую припарку для лица. Приготовьте отвар из ромашки и мяты. Смочите полотенце в горячем отваре. Наложите его на лицо на три минуты. После этого хорошо сделать маску из яичного желтка, смешанного с чайной ложкой витамина А. Через двадцать минут ополосните лицо теплой, а затем холодной водой.

Если вы будете соблюдать эти простые советы, то ваша кожа останется роскошной, несмотря на все капризы погоды.

Автор - **Татьяна Петлева**

[Источник](#)