

Бабий век короткий? Или

Вот и настал этот удивительный день появления такого крошечного и любимого, такого беззащитного и обожаемого малыша. В первые месяцы он особенно нуждается в ежеминутном внимании.

А организм мамочки в это время самостоятельно избавляется от лишних тканей, разросшихся, чтобы удержать в себе малыша (рассасываются дополнительные мышечные волокна, кожа, обновляясь, старается притянуться к новым объемам). Но вот малыш подрос, отказался от груди, у женщины восстанавливается цикл – только теперь настала пора взглянуть на себя в зеркало более пристально и критически, только теперь тело с благодарностью ответит на заботу о его красоте.

Беременность и роды – огромная работа женского организма. Нагрузка и усталость проявляются в уменьшении тонуса мышц (особенно живота, ягодиц, внутренней поверхности бедра), ухудшении состояния кожи (чаще всего на бедрах появляются неровности). И очень важно не упустить это время, когда ваше тело с легкостью будет восстанавливать прежние формы и объемы. Через год-два для такого восстановления нужно будет приложить гораздо больше усилий и материальных вложений.

Что же можно предпринять? В косметических студиях разработаны и апробированы методики аппаратной и терапевтической косметологии, которые назначаются в зависимости от возраста, конституции, от количества родов и т.д., то есть строго дозированные для каждого индивидуально. Нужно отметить, что все процедуры приятны и комфортны.

Большинство женщин считает, что нужно пристально ухаживать за лицом, а тело можно «спрятать» под красивой одеждой. Но вы прекрасно знаете, что тело и лицо – составляющие одного организма. И, возможно, лицо может «хорошеть», но в ущерб телу. Сначала наденем юбочку до колена, не успели оглянуться – пора и это закрыть... Как хочется кофточку в обтяжку, но складочки на спине не позволяют такой роскоши... Теперь и живот предательски выпирает – выдох ...что-то плохо поддается и уже его не удержать. «Какой красивый топик! Он мне так к лицу, но руки... Что с ними? Такое ощущение, что им далеко за 50».

Бабий век короткий

Автор: admin

29.05.2012 19:58 -

Бабий век короткий! Это миф или реальность? Жизнь очень быстротечна. В заботах о любимом, о детях, о доме, мы забываем о себе. Нет, иногда вспоминаем! К празднику, к дню рождения... идем в салон – и приводим в порядок лицо. И вроде бы неплохо выйдем, если спрятать все, что называется телом. А нужно ли прятать?

Процесс старения можно и нужно замедлить и на теле. Нужно полюбить себя и... отправиться в салон. И тогда и в 40, и в 50 вы сможете одеваться модно, не боясь показать свои «формы». И тогда и в 40, и в 50 вы будете ловить восхищенные взгляды мужчин и завистливые взгляды женщин, которые в отличие от вас забыли о себе. Главное – не забыть, главное – успеть!

Вот уже и внуки в садик пошли. Это прекрасное и очень важное время в жизни женщины сопровождается предменопаузой. В этот период нужно позаниматься собой очень интенсивно. Доказано, что чем больше процедур на лицо и тело сделано в этом периоде, тем более полноценна жизнь в следующем возрасте. Если же женщина ничего не делает, все пути к красоте «закрываются» и дальнейшие усилия не дают хороших результатов.

Старение – природная неизбежность. Но сияющее лицо, подтянутое тело, легкость и здоровье, оптимизм души сделают этот процесс малозаметным, а ваша жизнь будет такой же яркой и насыщенной, такой же полноценной, как 10, 20, 30 лет назад.

Автор - **Ольга Шмырина**

[Источник](#)