

Как грамотно пользоваться косметикой при проблемной коже?

По правде сказать, косметологи рекомендуют совсем воздерживаться от применения декоративной косметики при проблемной коже.

А как поступить, если вам не позволяет религия (привычка, окружение...) выходить из дома без эффектного макияжа?

Постарайтесь следовать **нескольким простым рекомендациям**. Они позволят вашей коже чувствовать себя комфортнее и иметь более здоровый вид.

Ограничьте использование тональных кремов, пудры и румян, – это приводит к расширению пор, обеднению кожи кислородом и образованию щелочной среды, столь благоприятной для развития воспалений.

Используйте маскирующий карандаш светлых тонов, что придаст вашему лицу эффект чистой кожи.

Вместо румян следует использовать тени соответствующего оттенка, – они не содержат ингредиентов, способствующих закупорке сальных желез.

Не используйте дешевую косметику подозрительного качества и неизвестного производителя, – такие вещи легко можно купить с рук и на рынке, а также в неспециализированных отделах.

Пудру применяйте рассыпчатую, – она гораздо безопаснее, чем прессованная.

Не злоупотребляйте использованием губной помады. В идеале помадой нужно пользоваться как можно реже.

При макияже делайте акцент на глаза, – это отвлечет внимание окружающих (а также ваше внимание) от дефектов кожи. По этой же причине помада, соответственно, должна быть светлых тонов.

Никогда не оставляйте косметику на лице на ночь.

Умываться необходимо не реже трех раз в день. Вода при этом должна быть прохладной или комнатной температуры.

Спонжики и кисточки для нанесения макияжа рекомендуется мыть ежедневно.

Кроме того, соблюдайте **несколько правил**, касающихся использования средств по уходу за кожей.

Для очищения кожи следует применять мягкий пилинг. Скрабы могут вызывать раздражение кожи и повреждение сальных желез.

Исключите использование мазей, содержащих вазелин и вазелиновое масло. Эти продукты так и норовят закупорить протоки Ваших сальных желез.

Постарайтесь не пользоваться жирными кремами, а также кремами для загара.

Не протирайте кожу спиртом. Спирт легко разрушает липидный слой кожи, призванный защищать кожу от потери влаги и предотвращать излишнее шелушение. К слову сказать, именно липиды скрепляют чешуйки кожи друг с другом, а также препятствуют

размножению бактерий. Таким образом, частое протирание кожи спиртосодержащими растворами может способствовать увеличению количества угрей.

К разрушению липидного слоя также приводит использование твердого мыла. Поэтому косметологи рекомендуют заменить его на пенку для умывания.

И не забывайте, пожалуйста, что вы – Царица! А какие, собственно, проблемы с кожей могут быть у царской особы?

Желаю вашей коже выглядеть всегда безупречно и элегантно!

Автор - **Елена Колосова**

[Источник](#)