

Как приготовить скраб самому?

Регулярное употребление воды и мыла сушит кожу всего тела и, особенно, лица. Чтобы ее смягчить и освежить, необходимо использовать не только различные увлажняющие кремы, но и отшелушивающие скрабы один-два раза в неделю.

Сегодня в магазинах можно найти множество различных скрабов для разных типов кожи и с разными степенями очистки. Некоторые из них предназначены для ежедневного очищения, а некоторыми достаточно пользоваться раз в неделю. Но в некоторых случаях средство собственного приготовления дает наименьший риск появления нежелательных аллергических реакций на химические компоненты и отдушки, содержащиеся в покупных скрабах.

Глубокая очистка отшелушиванием, или пилинг, – это удаление верхнего слоя отмерших клеток кожи, стимулирующее лимфатическую систему. Это выводит накопившиеся токсины и улучшает кровообращение кожи. В результате Вы получаете яркий и здоровый цвет лица в течение круглого года и заметно улучшаете общее состояние кожи.

Самый простой способ приготовить скраб в домашних условиях – это добавить в наиболее подходящий для Вашего типа кожи увлажняющий крем перемолотые персиковые косточки. Но существуют рецепты и для более изысканных вариантов:

Скраб для лица.

Для приготовления 40г скраба потребуется:

- 1 столовая ложка каолина;
- 2 столовые ложки дробленого риса;
- 1 столовая ложка меда;
- 1 столовая ложка апельсиновой туалетной воды;
- можжевельное масло;
- гераниевое масло;
- теплая вода (лучше кипяченая).

Как приготовить скраб самому

Автор: admin

12.07.2014 18:26 -

Способ приготовления: разотрите каолин и дробленый рис в ступке и небольшой миске. Подогрейте мед и добавьте к каолиновой смеси вместе с апельсиновой туалетной водой. Энергично перемешивая все металлической ложкой, добавьте по одной капле гераниевого и можжевелевого масла. Получившуюся массу можно хранить в течение 2 месяцев в плотно закрытой баночке.

Способ употребления: смешайте состав с несколькими каплями воды на ладонях и втирайте массирующими круговыми движениями в кожу. После окончания процедуры смойте теплой водой.

Для приготовления самого **нежного и мягкого очищающего скраба для лица** понадобятся:

115 г кукурузной муки;
115 г сухого молока;
55 г пшеничной муки.

Приготовление этого средства намного проще, чем всех остальных: нужно только смешать все компоненты и хранить получившуюся массу в емкости с плотно (лучше герметично) закрывающейся крышкой.

Способ применения: после умывания разотрите немного порошка на ладонях с теплой водой в пасту и нанесите на лицо массирующими движениями. Подержав 2-3 минуты, смойте теплой водой. Достаточно обрабатывать кожу этим средством раз в неделю.

В идеале после очищения следует пользоваться тоником, чтобы освежить и оживить кожу. В зависимости от своего состава и Вашего типа кожи, тоники стимулируют и успокаивают, улучшают кровообращение, снимают воспаление и даже на время подтягивают кожу.

Чтобы ополоснуть лицо утром или вечером, пользуйтесь теплой водой. Очень холодная или горячая вода может вызвать повреждение кровеносных капилляров и

Как приготовить скраб самому

Автор: admin

12.07.2014 18:26 -

спровоцировать появление некрасивых и нежелательных красных жилок.

Скраб для тела.

Для приготовления потребуется:

1 столовая ложка соли;

2 столовых ложки жирных сливок.

Взбейте в миске сливки с солью до появления однородной массы. В душе или ванной нанесите массу на тело массажными круговыми движениями, затем смойте теплой водой.

Этот скраб прекрасно очистит кожу и сделает ее необыкновенно мягкой и гладкой.

Каждый раз после очищения ополаскивайте кожу большим количеством воды, чтобы удалить все следы очистителя.

Не стоит забывать о том, что домашние средства по уходу за кожей хранятся не так долго, как покупные, в которых присутствуют консерванты. Их следует хранить в холодильнике и использовать в течение 2-4 недель. Также следует помнить о том, что при прыщах категорически нельзя пользоваться никакими скрабами, это может нанести больше вреда, чем пользы.

Следуя этим несложным правилам, Вы поможете своей коже всегда оставаться красивой и здоровой!

Автор - **Александра Гаджи**

[Источник](#)