

ЕТАПИ ДОГЛЯДУ ЗА ШКІРОЮ ОБЛИЧЧЯ



Етапи догляду за шкірою обличчя

- Очищення
- Тонізація
- Зволоження
- Живлення
- Захист



Очищення

- Очищати шкіру необхідно вранці та увечері. Вранці для того, аби видалити з поверхні продукти життєдіяльності клітин шкіри, що накопичились там за ніч. Інакше, ці шкідливі речовини, разом з кремом, знову всотуються в дерму.
- Ввечері необхідно позбавитись від накопиченого бруду на поверхні обличчя та косметики.



Техніка виконання:

- По-перше, необхідно помити руки. І завжди торкатися обличчя лише чистими руками.
- Ввечері, при наявності макіяжу очей, слід спочатку скористатися спеціальним засобом для зняття макіяжу в області очей. Просто нанесіть цей засіб на ватяний диск та проведіть кілька разів вздовж вій, аби позбавитись макіяжу. А так само, повздовж верхньої та нижньої повік.
- Після цього, можна зволожити обличчя водою, або просто нанести на вологі кінчики пальців невелику кількість очищаючого засобу та розподілити його коловими рухами по масажним лініям обличчя та шиї. Цей процес займе не більше однієї хвилини – за цей час косметика, бруд та продукти життєдіяльності клітин – встигнуть розчинитись. За тим, ретельно змийте все водою кімнатної температури та скористайтесь рушником. Але в жодному разі не розтирайте та не розтягуйте шкіру.



Тонізація

- Тонізування нейтралізує дію очищуючих засобів, нормалізує рН шкіри, після умивання та готує її до нанесення зволожуючого крему. Саме тому, протирати обличчя тоніком, необхідно і вранці, і увечері – одразу після очищення.

Техніка виконання:

- Добре змочіть тоніком ватяний диск та акуратно протріть шкіру за масажними лініями.
- Якщо ви, віддаєте перевагу тонікам у спреї – рясно нанесіть засіб на обличчя та шию, після чого вбийте легкими рухами кінчиків пальців, або протріть шкіру ватяним диском.



Зволоження

- Зволожувати шкіру, слід вранці та увечері. Тому що брак вологи призводить до сухості шкіри, втрати еластичності та пружності і як наслідок – передчасному старінню.

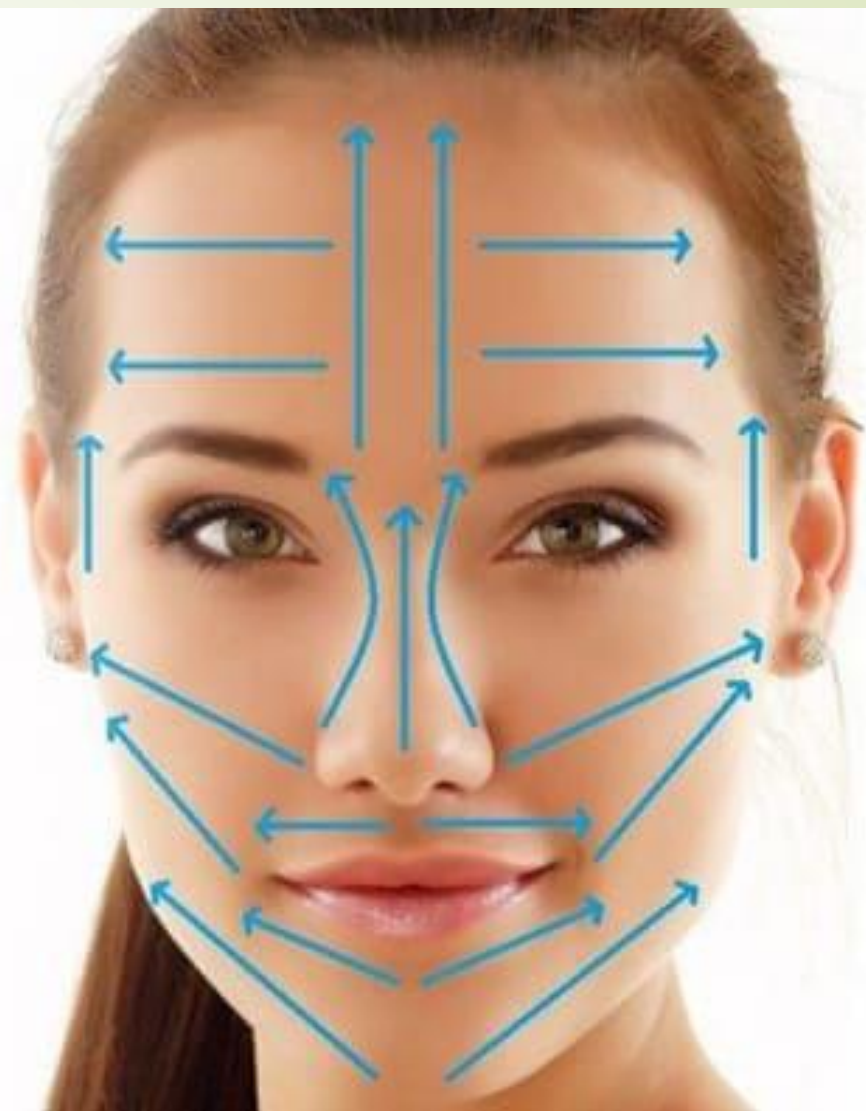


Як правильно наносити крем на обличчя

- 1. Нанесіть крем на тильну сторону руки, а вже звідти на обличчя. Це зручно і зараз ви зрозумієте чому.
- 2. Якщо крем знаходиться в тубику або флаконі з помпою – витисніть на руку невеличку кількість засобу, розміром з горошину. Якщо засіб міститься в баночці – дістаньте необхідну кількість чистим шпателем.
- 3. Перед нанесенням, трохи розітріть крем кінчиками пальців, аби надати йому температури тіла. Це підвищить його активність.
- 4. Після цього, невеличкими порціями нанесіть засіб на обличчя та шию, розподіляючи за масажними лініями. В зоні очей, крем наноситься лише по кісному краю. Намацайте кісний край та нанесіть вздовж орбіти очей. Не слід наносити крем вздовж вій та на рухливу повіку. Не хвилюйтесь, крем сам пошириться по шкірі повік, оскільки наші очі постійно в русі. До того ж, він розподілиться рівномірно, чого важко досягти, працюючи пальцями в такій делікатній зоні.
- 5. Не потрібно заощаджувати, або навпаки – наносити надлишок оглядової косметики. Кількість крему має бути оптимальною – добре зволожити шкіру, а не лежати зайвим тягарем, перешкоджаючи диханню. І якщо за 20-30 хвилин, крем не засвоїться шкірою, надлишки слід прибрати за допомогою серветки.
- 6. А надлишки невикористаного крему можна нанести на тильну сторону рук.

Масажні Лінії

Нанесення косметики
за масажними лініями
допоможе запобігти
передчасній
появі зморшок





Важливо пам'ятати:

1. Денний крем потрібно наносити не пізніше, ніж за пів години до виходу на вулицю, а взимку – не пізніше, ніж за годину, аби він встиг засвоїтись.
2. Нічний крем необхідно наносити не пізніше, ніж за годину до сну. Можна і за дві-три години. Це пояснюється тим, що доки ваші м'язи рухливі, засіб чудово засвоюється та виконує свою роботу. А якщо ви наносите крем і одразу вкладаєтесь спати - ваші м'язи розслабляються, мікро-циркуляція уповільнюється, крем застоюється – що може спричинити появу набряків уранці, особливо довкола очей.

Живлення

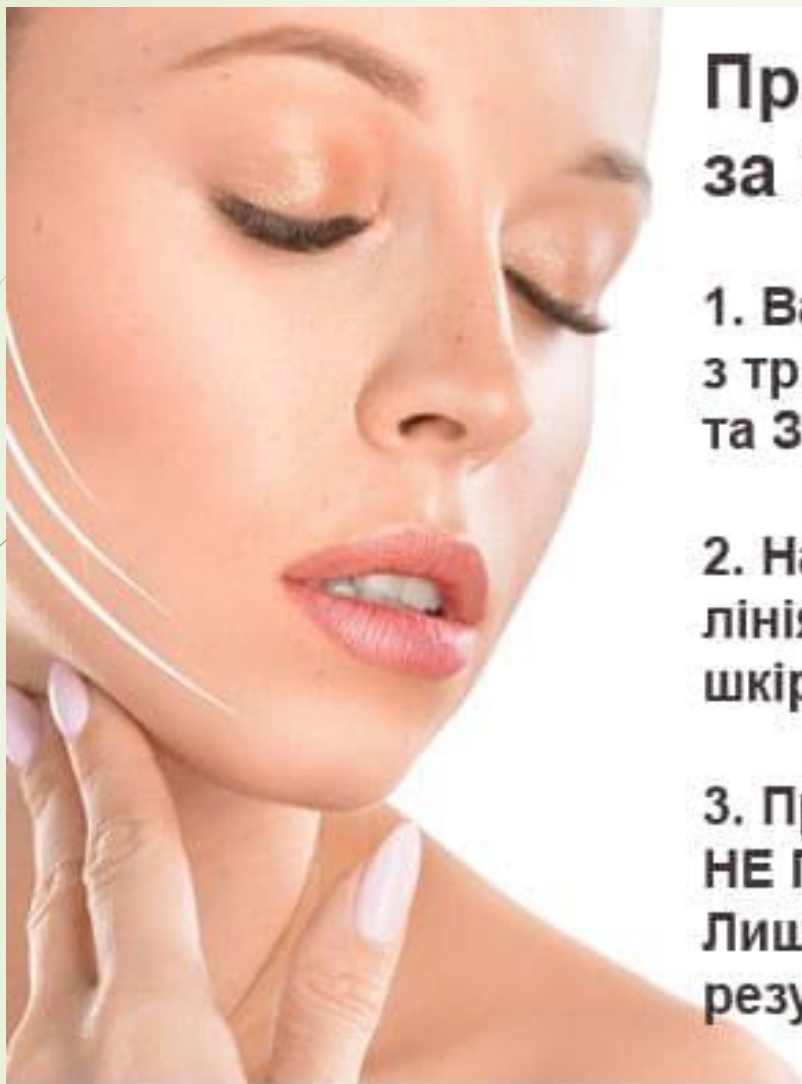
- Основні функції поживного крему - відновлення клітин шкіри, її здорового природного відтінку, насичення шкіри поживними речовинами, запобігання старінню і подразненню. До складу поживного крему обов'язково повинні входити такі компоненти: вітаміни (А, Е, F), ланолін, натуральні рослинні олії.
- Поживний крем слід наносити ввечері, за півгодини до сну (обличчя слід промокнути серветкою – вночі шкіра повинна дихати), а взимку – вдень, перед нанесенням макіяжу.



Захист

- Ну і, звичайно, не можна забувати про захист, адже такі «бандити» як сонце, мороз і вітер, завжди наготові. І про дрібних злодюжок вологи – опаленні і забрудненій атмосфері – теж забувати не доводиться. На захист виходять спеціальні засоби, які можна знайти в нашому салоні косметології.





Правила домашнього догляду за шкірою

1. Ваш догляд обов'язково має складатись з трьох етапів: Очищення, Тонізування та Зволоження
2. Наносьте косметику лише за масажними лініями – лініями найменшого розтягування шкіри
3. Придбаний та поставлений на полицю крем **НЕ ПРАЦЮЄ!**
Лише щоденний догляд забезпечить результат



Пілінг

- Слово «пілінг» – від англійського to peel – знімати шкіру, очищати від ороговілих клітин. Завдяки професійному і грамотному пілінгу в глибоких шарах шкіри запускається потужний процес оновлення клітин. Тому така процедура – це основний етап методик з омолодження шкіри.
- Існує досить багато видів пілінгу. І вибір необхідної процедури в кожному конкретному випадку індивідуальний. Салон краси підбирає програму, що залежить від ступеня проблеми, яку необхідно вирішити. Наприклад, видалення верхнього шару клітин надасть доступ кисню, поліпшить кровообіг. Водночас активніше почнуть вироблятися колаген і еластин, шкіра стане пружнішою і більш сяючою. Якщо проблеми шкіри вимагають більш глибокого підходу, використовується пілінг, що має вплив також і на дерму. Таке глибоке втручання ефективно перешкоджає пігментації шкіри, усуває зморшки і повертає їй здоровий вигляд.
- Спа-процедури на основі пілінгу повертають молодість шкірі, оскільки таким чином усуваються тьмяні ороговілі клітини.
- Зараз пілінг вважається найрадикальнішим і найефективнішим нехірургічним прийомом, що дозволяє позбутися зморшок.

ВИДИ ПІЛІНГУ

- Як вже зазначалося, салон краси пропонує різні види пілінгу. За глибиною впливу на шкіру пілінг поділяється на:
- поверхневий;
- серединний;
- глибокий.
- **Поверхневий пілінг** вважається найделікатнішим. Застосовується для профілактики та корекції незначних проблем зі шкірою один раз на 4-6 тижнів. Він може позбавити від пігментних плям, дрібних зморшок, усуне ороговілий шар шкіри, слугує відмінною профілактикою вугрових висипань.
- **Серединний пілінг** застосовується на всю товщину рогового шару шкіри. Він розгладжує зморшки, мінімізує прояв стрий, коригує рубці.
- **Глибокий пілінг** діє на всю товщину епідермісу. Застосовується для активної корекції і значного візуального омолодження обличчя. Але в даному випадку слід пам'ятати, що використовуються досить агресивні техніки впливу на шкіру.

За способом впливу пілінг поділяється на:

- механічний;
- хімічний;
- фізичний.

Механічний пілінг – це усунення ороговілих клітин за допомогою абразивних засобів.

Хімічний пілінг – обробка шкіри фруктовими кислотами: саліциловою, гліколевою та ін.

Фізичний пілінг – це апаратний метод. У випадку з поверхневим пілінгом використовується ультразвук, серединним – ербієвий лазер, глибинним – лазер CO₂.

Крім перерахованих вище видів, можна виділити **ензимний пілінг**. У даному випадку для процедур використовуються маски на основі ферментів, що впливають на верхні шари шкіри.

ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ

- Визначити власний тип шкіри обличчя та підібрати засоби догляду за шкірою обличчя відповідно до типу та віку.
- Звіт оформити у вигляді таблиці та надіслати на електронну адресу olena_mironova@yahoo.com

Етапи догляду за шкірою обличчя	Тип шкіри	Вік	Засіб (назва, торгова марка)	Вартість
Очищення				
Тонізація				
Зволоження				
Живлення				
Захист				