

ОСНОВНЫЕ СХЕМЫ УХОДА ЗА РАЗЛИЧНЫМИ ТИПАМИ КОЖИ

Подготовила: студентка
группы 20 К
Осипова Алина

Типы кожи

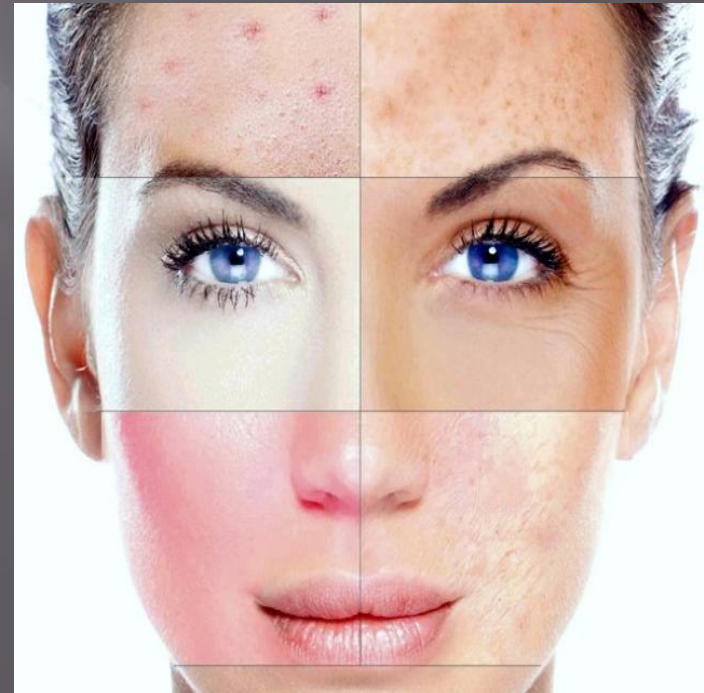
1-Нормальная

2-Сухая

3-Жирная

4-Комбинированная

Чтобы уход за лицом был полноценным, важно правильно определить тип своей кожи.



Кожа нормального типа

Чистая, плотная, упругая, свежая, сияющая, гладкая — это непреувеличенные характеристики для нормальной кожи. Лицо обладательницы нормальной кожи лишено пятен, жирного блеска и проступающих тут и там красновато-синих сосудов. К сожалению, такой тип кожи сегодня все чаще встречается на страницах журналов о женской красоте, а не в повседневной жизни. Виноваты в этом плохая экология и неправильный образ жизни. С течением времени нормальная кожа перенимает черты сухого типа.



Кожа сухого типа

Выглядит тонкой и ранимой.

Через неплотный кожный покров с возрастом проступают сосудистые звездочки. Чаще всего это происходит на щеках. Лицо с такой кожей очень болезненно реагирует на воздействие не всегда приветливой окружающей среды, что проявляется в виде покраснения и шелушения. Если не обеспечить такую чувствительную кожу должным уходом, она быстро лишается упругости и состаривается, теряя влагу и жиры.



Кожа жирного типа

Отличительный признак кожи этого типа — расширенные поры и жирный блеск, вызванный переизбытком кожного сала. В целом кожный покров выглядит грубовато. Нередко на жирной коже проступают черные точки (акне) и одиночные гнойные прыщики. Преобладающий оттенок лица — сероватый. Однако есть у такой кожи и достоинства: она очень эластична, хорошо переносит контакт с агрессивной внешней средой и защищает лицо от преждевременного старения. У женщин после 30 лет кожа из жирной обычно переходит в смешанную.



Кожа комбинированного типа

Такой тип кожи считают самым распространенным. Его легко узнать по внешнему виду кожи в так называемой Т-зоне (лоб — нос — подбородок): она усеяна расширенными порами и блестит. Нередко в этой же области скапливаются и черные точки. При этом щеки и область вокруг глаз отличаются нормальной или сухой кожей. В некоторых случаях смешанный тип кожи со



Уход за нормальной кожей

Ежедневная программа -«минимум»

После пробуждения споласкивайте лицо прохладной водой. Избегайте крайностей — горячая или холодная вода для умывания не подходит. По желанию можно отказаться от умывания в пользу протирания лица кубиками льда на основе цитрусов, ягод или трав. Умываясь, делайте пальцами рук простой массаж: похлопывайте, пощипывайте кожу. Эти незамысловатые движения усилят кровообращение, повысят тонус и трофику кожи. Затем протрите кожу ватным тампоном, пропитанным тонизирующим средством. Покончив с очищением, увлажните лицо воздушным кремом, который нужно нанести «топающими» движениями пальцев. В питательных средствах нормальная кожа зачастую не нуждается. Перед сном макияж удаляют с помощью молочка, потом протирают лицо тоником или воздушным муссом. От ночного крема специалисты рекомендуют отказаться — это можно себе позволить, обладая нормальной кожей.

Специальная программа

Каждые 7 — 8 дней распаривайте лицо и обрабатывайте кожу скрабом. В течение 5 — 8 минут бережно массируйте лицо круговыми движениями, чтобы очистить его от ороговевших участков кожи. Затем побалуйте кожу маской с увлажняющим или питательным действием.



Уход за сухой кожей

Ежедневная программа – «минимум»

Утром похлопывающими движениями обработайте лицо ватным диском, смоченным в тонизирующем средстве. Вместо тоника можно пользоваться косметическим молочком, кефиром или натуральным жирным йогуртом – эти продукты помогут коже взбодриться. Для лучшего эффекта не удаляйте сразу кисломолочное средство с лица, а подождите 2 – 3 минуты, чтобы оно успело впитаться. Затем умойтесь теплой водой, осушите лицо полотенцем и нанесите на кожу обогащенный витаминами дневной крем с УФ-фильтром. Перед сном для очищения используйте косметическое молочко, а его остатки удалите тоником. Нанесите на кожу увлажняющий крем, а через 20 минут смажьте лицо кремом с питательным эффектом.

Специальная программа

1 раз в 7 – 10 дней очищайте сухую кожу скрабом с мелкими, а значит, щадящими абразивными частичками. После использования отшелушивающего средства покройте кожу жирной питательной маской на 20 – 30 мин.



Уход за жирной кожей

Ежедневная программа – «минимум»

Сальные железы жирной кожи так активно работают, что лицо нужно освежать 3 – 4 раза в день. Имея такую капризную кожу, вы можете смело пользоваться лосьоном, не содержащим спирт, очищающими средствами с экстрактом чайного дерева, гелем на водной основе. Контрастное умывание должно войти у вас в привычку. Для нормализации и поддержания водного и жирового баланса кожи не стоит отказываться от дополнительного увлажнения, но к выбору ухаживающей косметики подойдите с большой ответственностью — идеально, если крем будет обезжиренным и воздушным, не перекрывающим доступ кислорода к порам кожи. Неправильно подобранная косметика становится источником большого количества воспаленных прыщей на жирной коже.



Специальная программа

2 раза в неделю распаривайте кожу лица и сделайте пилинг с помощью щадящих скрабов (с маленькими абразивными частицами). Запомните, если присутствует большое скопление воспаленных прыщей на лице, скрабы не используют, иначе можно травмировать кожу еще больше и спровоцировать проникновение инфекции в ее более глубокие слои.

1 раз в неделю позаботьтесь о коже с помощью маски — лучше всего подойдет косметическое средство на глиняной основе.

Уход за комбинированной кожей

Ежедневная программа — «минимум»

Очистительные процедуры для смешанной кожи нужно проводить дважды в день — утром и вечером. Оптимальными средствами для очищения станут гели, бесспиртовые лосьоны, молочко для кожи комбинированного типа. После умывания с очищающим средством лицо протирают тоником. Завершительной процедурой ежедневного ухода за смешанной кожей является нанесение крема с увлажняющим действием. В вечернее время суток крем нанесите только на виски и щеки: в течение ночи сальные железы Т-зоны вырабатывают большое количество кожного сала.

Специальная программа

Глубокое очищение комбинированной кожи проводят 2 раза в неделю. Кожу Т-зоны обрабатывают скрабом, не затрагивая участки с кожей сухого типа. 1 раз в 5 — 7 дней подпитывают кожу маской на основе растительных компонентов: зверобоя, листьев и почек березы, рябины, тысячелистника, шалфея. Прекрасно выглядит лицо после фруктовых масок, приготовленных из мякоти яблок, лимона, винограда и огурца.



Полезные советы по уходу за кожей любого типа

- 1-Постарайтесь умываться только минеральной, дистиллированной или кипяченой водой.
- 2-Очищая кожу с помощью скраба, следите, чтобы средство не попадало на уязвимую кожу вокруг глаз и на губы.
- 3-После умывания не растирайте лицо полотенцем, чтобы не растягивать кожный покров. Можно только слегка промокнуть кожу.
- 4-Процедуры по глубокой очистке кожи планируйте на вечер. После таких мероприятий лицо должно полноценно отдохнуть и декоративную косметику наносить на него нельзя.
- 5-Откажитесь от покупки косметического средства, если увидите в его составе этанол, метанол и изопропил. Эти вещества способствуют старению кожи, забирая у нее естественную влагу.
- 6-Крем на кожу лица наносят в очень умеренном количестве. Если переусердствовать, особенно это касается ночного крема, можно получить отечность на лице.
- 7-Ночной крем следует нанести за 1,5 – 2 часа до отхода ко сну.
- 8-Чаще позволяйте коже лица отдохнуть от декоративной косметики.



Спасибо за внимание!