



Догляд за руками

**Догляд за руками -
процедура, яка
актуальна в будь-
яку пору року.
Морози взимку,
весняний вітер,
літня спека і
осіння непогода
впливають на
стан шкіри рук.
Однак, головними
факторами є
нерегулярна
гігієна, відсутність
догляду.**



Універсальний рецепт, який би підходив для всіх типів шкіри, важко підібрати, тому розглянемо основні рекомендації по догляду за шкірою рук для різних вікових категорій.





- Користуватися при митті рук рекомендується пінкою або рідким милом зі зволожуючими і пом'якшуючими добавками. Після цього слід наносити будь-який крем, який зробить шкіру еластичною і гладкою.



A close-up photograph of a hand with a finger dipping into a white cream jar. The cream is thick and white, and the hand is positioned as if about to apply it. The background is a soft, light blue.

30+ років

В цьому віці активність обміну речовин сповільнюється. Погіршується кровопостачання до шкіри і забезпечення її киснем та поживними речовинами. Також послаблюється властивість зберігання води шкірою.

В першу чергу для таких рук рекомендується використовувати креми з вмістом вітамінів А, В і Е, інтенсивні маски і парафінові ванночки.



Для повного енергетичного відновлення можна використовувати спеціальні рукавички, які просочені зволожуючими маслами, збагачені комплексом з амінокислотами і натуральними протеїнами.



В теплу пору року рекомендується використовувати зволожуючий крем для рук, бажано з SPF-фактором. Зимовий крем повинен захищати і живити шкіру. Зволожуючий крем перед виходом на вулицю в холодну погоду може викликати почервоніння і появу тріщин.



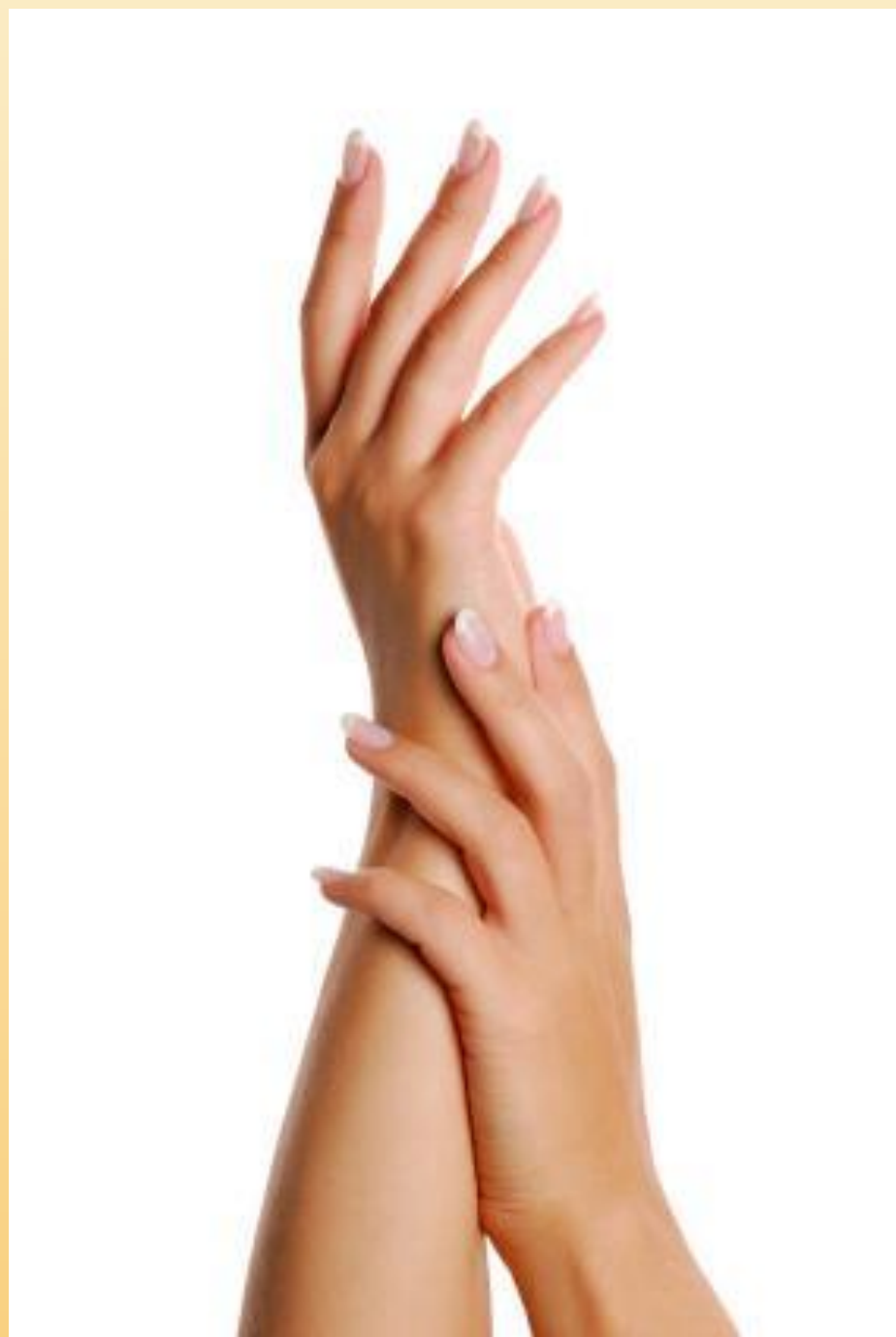
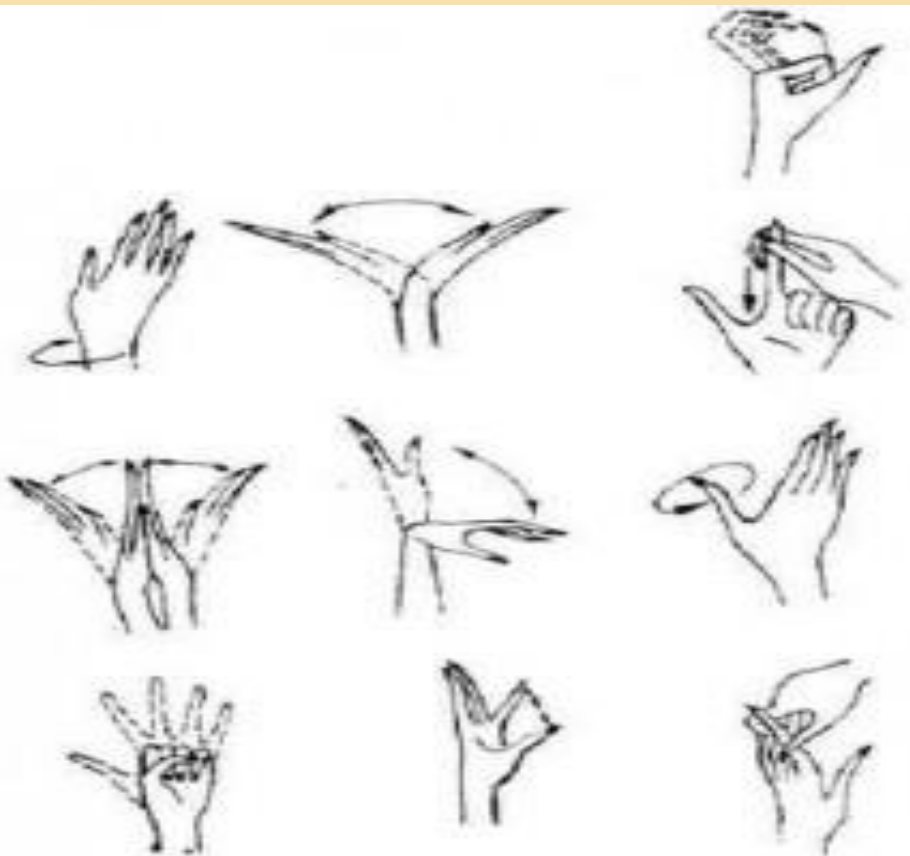
45+ років

З віком шкіра поступово втрачає пружність і тонус. Оновлення клітин сповільнюється, захисні функції шкіри стають менш ефективними - шкіра виглядає в'ялою і тьмяною. Сухість і ламкість нігтів можуть бути результатом нестачі поживних речовин.



Такій шкірі необхідні особливі відновлюючі програми, які не тільки доглядають її, але й коректують вікові зміни. Поєднання вітамінів і антиоксидантів, спеціально підібрані суміші натуральних олійок і активних компонентів живлять, відновлюють пружність та еластичність, ефективно розгладжують зморжки. Ванночки для рук бажано робити два рази в тиждень.

Допоможе і регулярний масаж. Він не займе багато часу, а користь від нього буде для всього організму, так як на долонях розташовано багато біологічно активних точок.



Тож, догляд за руками - це не тільки естетична потреба, але й необхідність!

