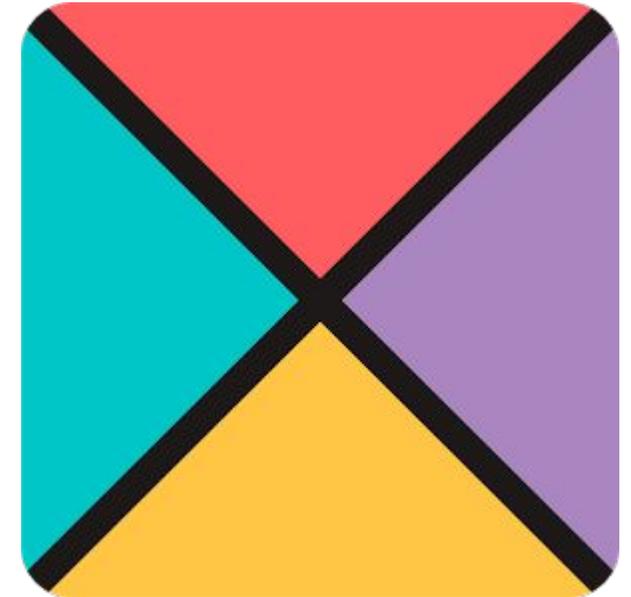
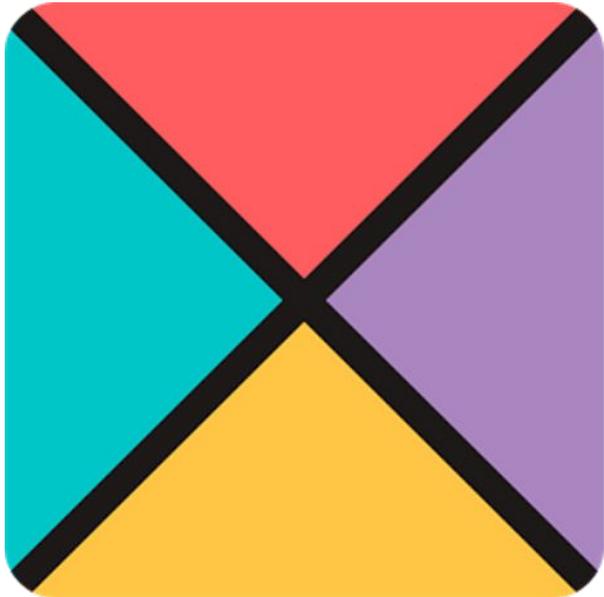


MI X IT

ОСНОВЫ КОСМЕТОЛОГИИ



Кожа — это самый большой человеческий орган.

Кожа состоит из трех слоев:

1. Надкожицы (Эпидермис)
2. Кожи (Дерма)
3. Подкожной жировой клетчатки (Гиподерма)

Функции кожи:

Защитная - защищает от вредного влияния внешней среды, солнечных лучей и т.д.

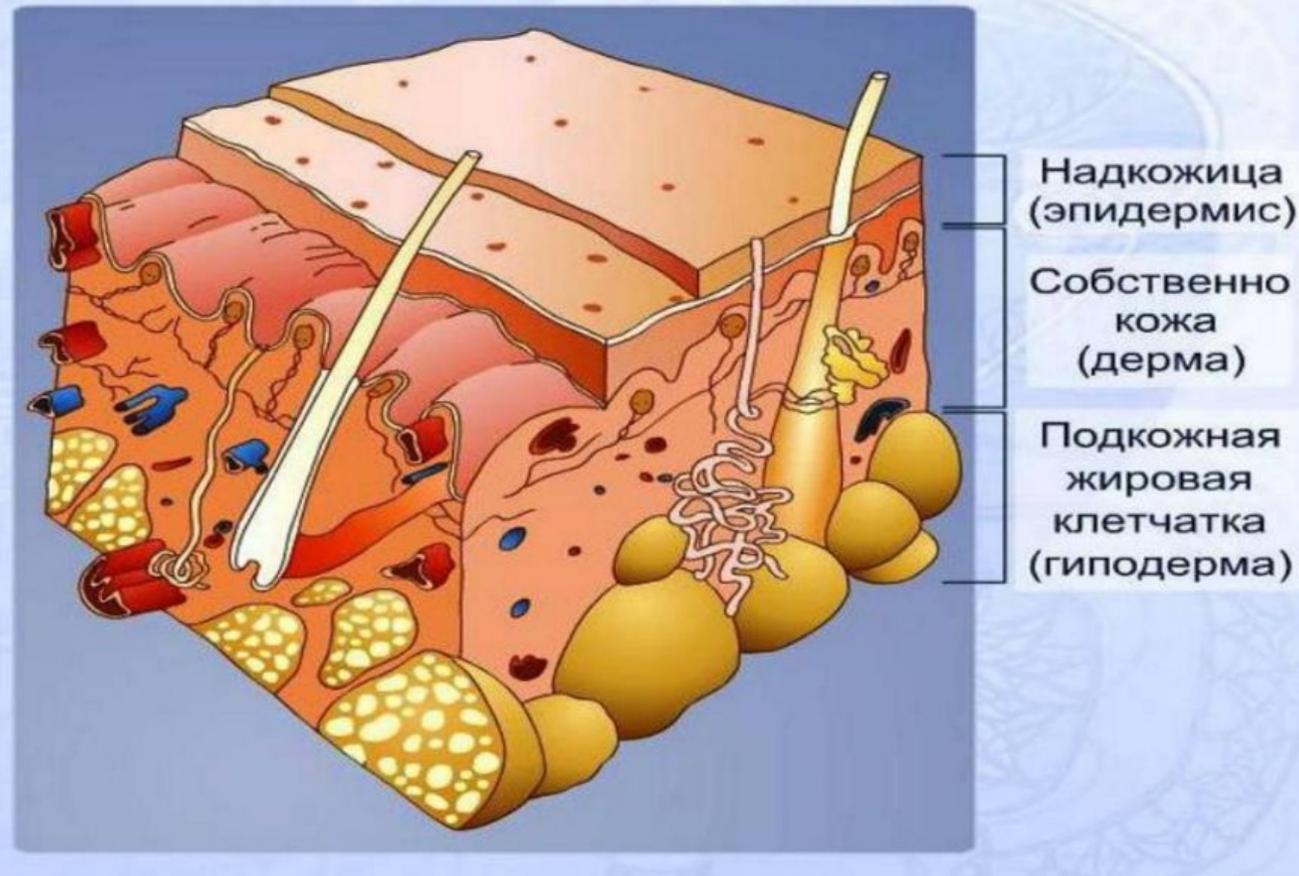
Температурирующая – поддерживает нормальную температуру тела.

Выделительная – выводит из организма шлаки и лишнюю воду. За сутки выводит до 800 г паров воды.

Дыхательная - состоит в обмене газов: выделяет 2% углекислого газа, поглощает 1% кислорода.

Обменная - впитывает растительные и животные жиры, кремы и растворы, синтезирует витамин D.

СТРОЕНИЕ КОЖИ



Эпидермис — это внешний слой кожи и защитный барьер нашего тела от окружающей среды, который постоянно обновляется.

Функции эпидермиса

Производит роговой слой – главная задача эпидермиса.

Поддерживает кислотно-щелочной баланс, (pH) среднее значение около 5,5.

Эпидермальный слой – граница между живыми клетками организма и окружающей средой, от него зависит внешний вид кожи.

Состоит из 5 слоев

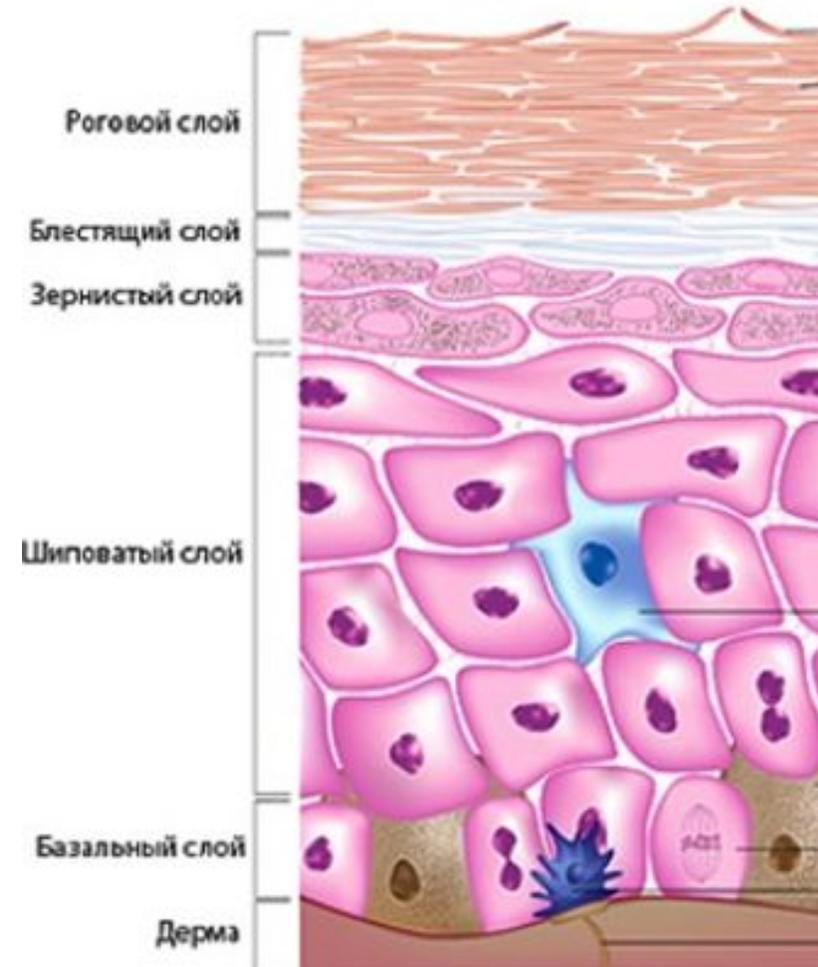
1. **Роговой** – слой полностью кератинизированных клеток кожи.
2. **Блестящий** – на ладонях и ступнях, защищает от механических воздействий.
3. **Зернистый** – отвечает за цвет кожи (отсутствует на слизистых).

Кремы – действуют на 1-3 слоях эпидермиса.

4. **Шиповатый** – самый толстый слой, здесь клетки расцветают.
5. **Базальный или зародышевый** – самый тонкий слой, здесь клетки рождаются.

Сыворотки – действуют на 4-5 слоях эпидермиса.

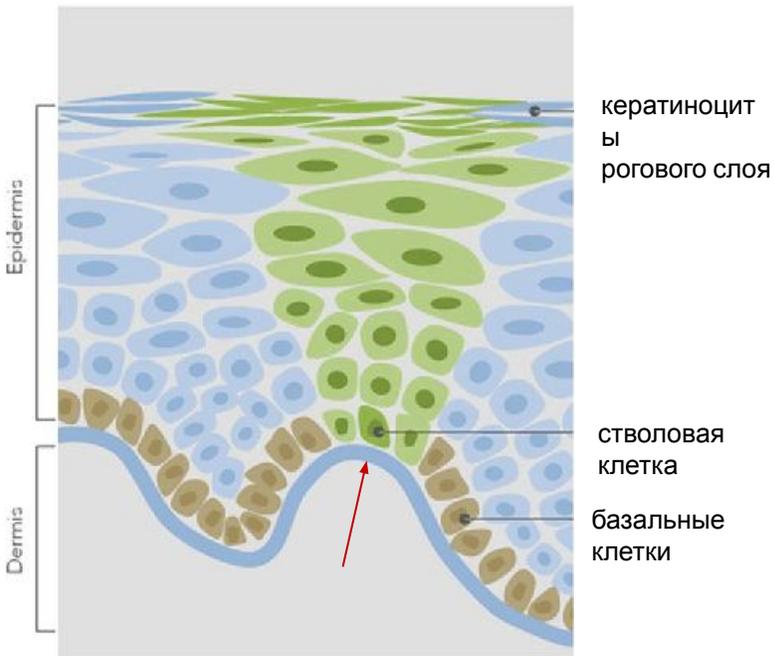
Структура эпидермиса



Сам термин «стволовая клетка» ввел петербургский гематолог А. А. Максимов в 1908 году. Ученый сравнил это открытие с развитием дерева: сначала вырастает ствол, потом ветки, листья, и оно начинает плодоносить.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА?

СТВОЛОВЫЕ КЛЕТКА ЭПИДЕРМИСА

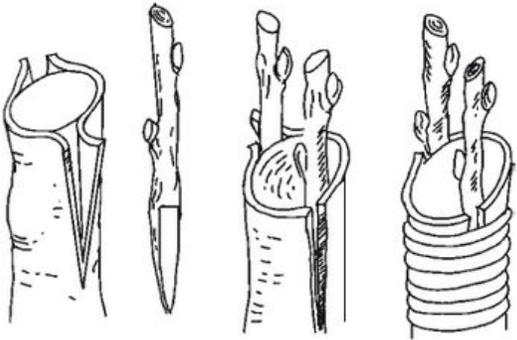


- Стволовые клетки — прародительницы всех без исключения типов клеток в организме. Они способны к самообновлению и, что самое главное, в процессе деления образуют специализированные клетки различных тканей. Таким образом, все клетки нашего организма возникают из стволовых клеток.
- Стволовые клетки обновляют и замещают клетки, утраченные в результате каких-либо повреждений во всех органах и тканях. Они призваны восстанавливать и регенерировать организм человека с момента его рождения.
- Истощение запаса стволовых клеток вследствие старения или тяжёлых заболеваний, а также нарушение механизма их выброса в кровь лишает организм возможностей эффективной регенерации, в результате чего жизнедеятельность тех или иных органов истощается.

Фитостволовые клетки – стволовые клетки растения, являются естественной растительной защитной системой для быстрого заживления повреждений и восстановления коры и веток растения.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ В КОСМЕТИЧЕСКОМ ПРОДУКТЕ?

ДЕЙСТВИЕ ФИТОСТВОЛОВЫХ КЛЕТОК В РАСТЕНИИ



СЕЛЕКЦИЯ/ ВОССТАНОВЛЕНИЕ

РОСТ РАСТЕНИЯ



- ✘ В процессе взросления человека наблюдается катастрофическое снижение количества стволовых клеток: при рождении 1 стволовая клетка встречается на 10 тысяч, к 20–25 годам — 1 на 100 тысяч. К 50-летнему возрасту уже остаётся всего 1 стволовая клетка на 500 тысяч, что влечет за собой ухудшение внешнего вида кожи.
- ✘ Фитостволовые клетки в косметическом продукте работают в двух направлениях:
 - ✓ **Защищают стволовые клетки нашей кожи** – позволяя коже дольше оставаться молодой и здоровой, улучшая барьерную функцию кожи;
 - ✓ **Активизируют стволовые клетки нашей кожи** – улучшают ее внешний вид, восстанавливают полученные нарушения вызванные внешним и внутренним стрессом.

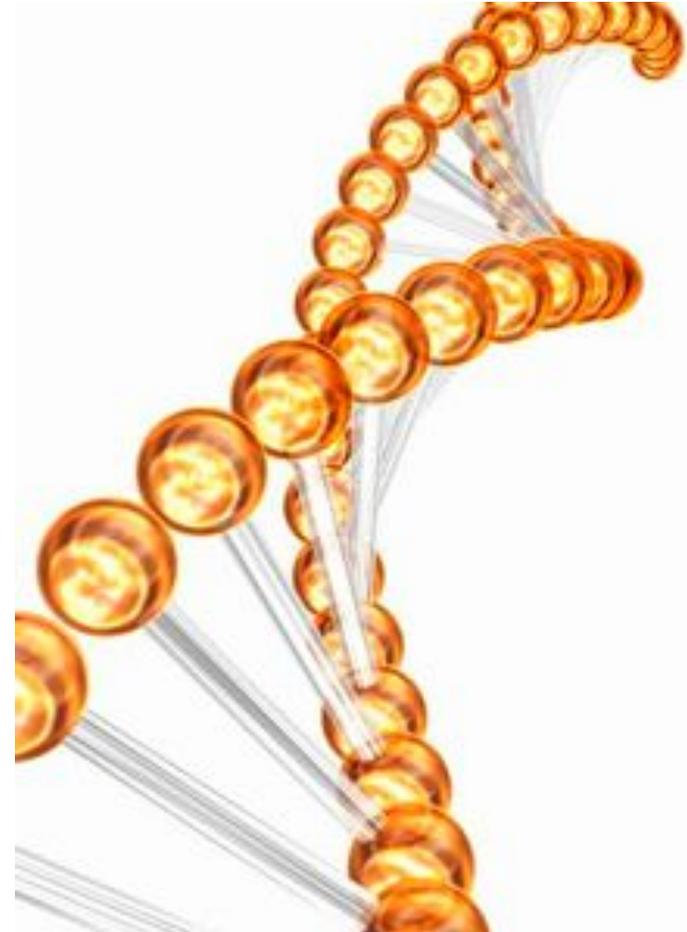


ДОКАЗАННАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ФИТОСТВОЛОВЫХ КЛЕТОК

Фитостволовые клетки - предотвращают влияние времени на нашу кожу.

Самостоятельно находя поврежденные участки и восстанавливая их, гарантируют нам индивидуальный

«КЛЕТОЧНАЯ ТЕРАПИЯ»^{эффект}



- ✘ **Ускоряет эпидермальную регенерацию** – быстрое восстановление и заживление, профилактика появления рубцов.
- ✘ **Восстанавливает эпидермальный барьер** – защита от проникновения инфекций, устранение воспалений. Снижается аллергическая реакция кожи и ее чувствительность.
- ✘ **Повышает адаптацию к неблагоприятным климатическим условиям** – обеспечивает лучшую естественную защиту от стрессов и ультрафиолета.
- ✘ **Стимулирует синтез собственной гиалуроновой кислоты** – повышает уровень увлажнения кожи, устраняет сухость.
- ✘ **Стимулирует синтез коллагена и эластина** – разглаживает возрастные морщины, предотвращает появление новых. Повышает упругость и эластичность кожи. Подтягивает контур лица.
- ✘ **Активизирует иммунную защиту** – сдерживаются процессы патологических изменений.
- ✘ **Предотвращает появление возрастной пигментации** - восстанавливает работу клеток меланоцитов.

Дерма (от греч. δέρμα — кожа) - это основная часть кожи, придающая ей прочность, эластичность и способность выдерживать значительное давление и растяжение.

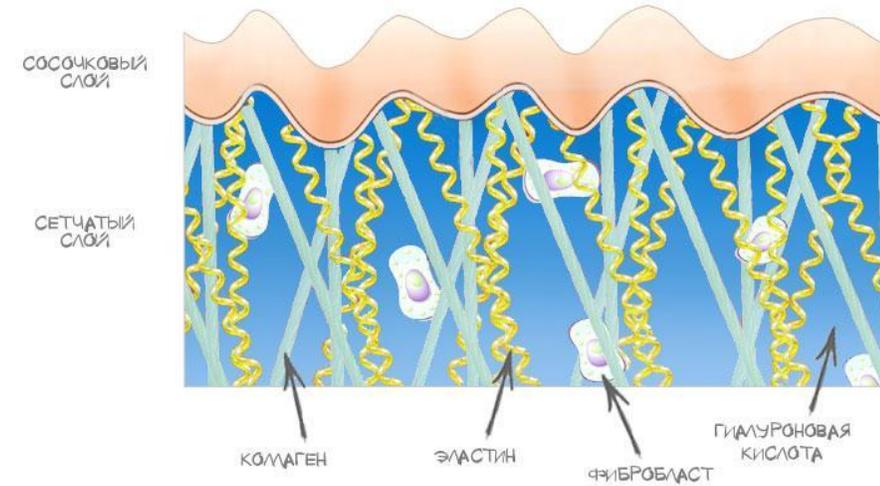
Функции дермы:

Механическая защита – волокна коллагена и эластина позволяют растягиваться коже и возвращаться в прежнее состояние.

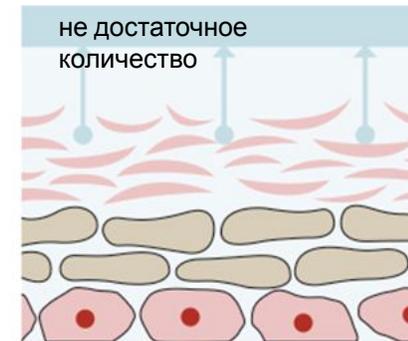
Терморегуляция – через теплоотдачу и потоотделение.

Обеспечение кожной чувствительности - благодаря нервным окончаниям.

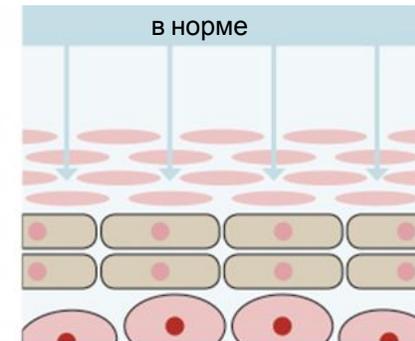
Питание эпидермиса - не имеющего от природы сосудов.



Гиалуроновая кислота



Кожа повреждается с потерей влаги. Она теряет эластичность, становится ослабленной, тонкой.



Гиалуроновая кислота связывает и удерживает под кожей влагу, способствует синтезу коллагена, обновляя кожу.

Дерма состоит из:

Базальной мембраны — это тонкий слой межклеточного вещества. Он разделяет эпидермис и дерму. С помощью базальной мембраны протекают обменные процессы между этими слоями.

Сосочковый слой - играет большую роль в питании эпидермиса. Питательные вещества из кровеносных сосудов сетчатого слоя дермы проходят сначала через сосочковый слой, затем через базальную мембрану и, наконец, попадают в эпидермис.

Сетчатый слой – от него зависит прочность кожи. Коллагеновые и эластиновые волокна в нём переплетаются крестообразно, в форме ячеек,

Гидро-липидный баланс (эпидермальный барьер) – это баланс влаги и жиров. Необходим для сохранения влаги в коже и защиты от проникновения чужеродных частиц.



ЧАСТОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЫЛА
СОЗДАЕТ БЛАГОДАТНУЮ ПОЧВУ ДЛЯ ВРЕДНЫХ БАКТЕРИЙ
И КРАЙНИЙ ДИСКОМФОРТ ДЛЯ ПОЛЕЗНЫХ



Кисотно – щелочной баланс (уровень кислотности – pH) - поверхность кожи является кислотной средой, которая не позволяет болезнетворным микробам нарушать защитную функцию кожи. Множество проблем — воспаления, акне, морщинки, раздражения, гиперчувствительность — все это может быть результатом неправильного pH. Для кожи норма pH 3,5-6,7

Водно-солевой баланс – баланс влаги и минералов (солей).

При недостатке минералов нарушается обмен веществ и кожа не может осуществлять восстановительные процессы. Поэтому в составе продукта должна быть структурированная вода!



М | | **ФАКТОРЫ ВЛИЯЮЩИЕ НА СТАРЕНИЕ КОЖИ**

Солярий и активное Солнце – фотостарение. Дряблость кожи, пигментация.

Табачный дым – вызывает кислородное голодание (сужение сосудов у курящего), отравление токсичными, канцерогенными веществами, является источником свободных радикалов (окислительный стресс). Серая, желтоватая кожа, куперозная сетка на крыльях носа, медленное заживление ран, раннее образование морщинок вокруг губ, из-за держания сигареты.

Экология мегаполисов – предельно завышенная интоксикация организма, снижение защитных и восстановительных функций кожи. Образование черных точек, бледность и вялость кожных покровов.

Стрессы - во время стресса организм усиленно вырабатывает кортизол и другие гормоны стресса, которые запускают определенную цепочку химических реакций. Именно стресс - одна из главных причин самых разных неприятностей с кожей, начиная от достаточно мелких косметических неприятностей до обострения экзем, псориаза и многих других серьезных заболеваний. И более того: стресс затрудняет лечение уже проявившихся заболеваний.

Отсутствие или неправильный уход – ухудшает состояние кожи.

Затяжные строгие диеты – замедляют процессы регенерации, появляются глубокие возрастные морщины.

Отсутствие сна – выраженное изнашивание кожи, все признаки старения.



ЧТО ТАКОЕ ФОТОСТАРЕНИЕ?

Существует два типа старения:

1. Естественное биологическое хроностарение
2. Преждевременное вследствие ультрафиолетового облучения

ЕСТЕСТВЕННОЕ СТАРЕНИЕ



ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЕ ФОТОСТАРЕНИЕ



Специалисты выделяют следующие стадии фотостарения:

- острая (характеризуется появлением пигментации и ожогов);
- хроническая (образование различных сосудистых искажений, новообразований, пигментации и изменение тургора).

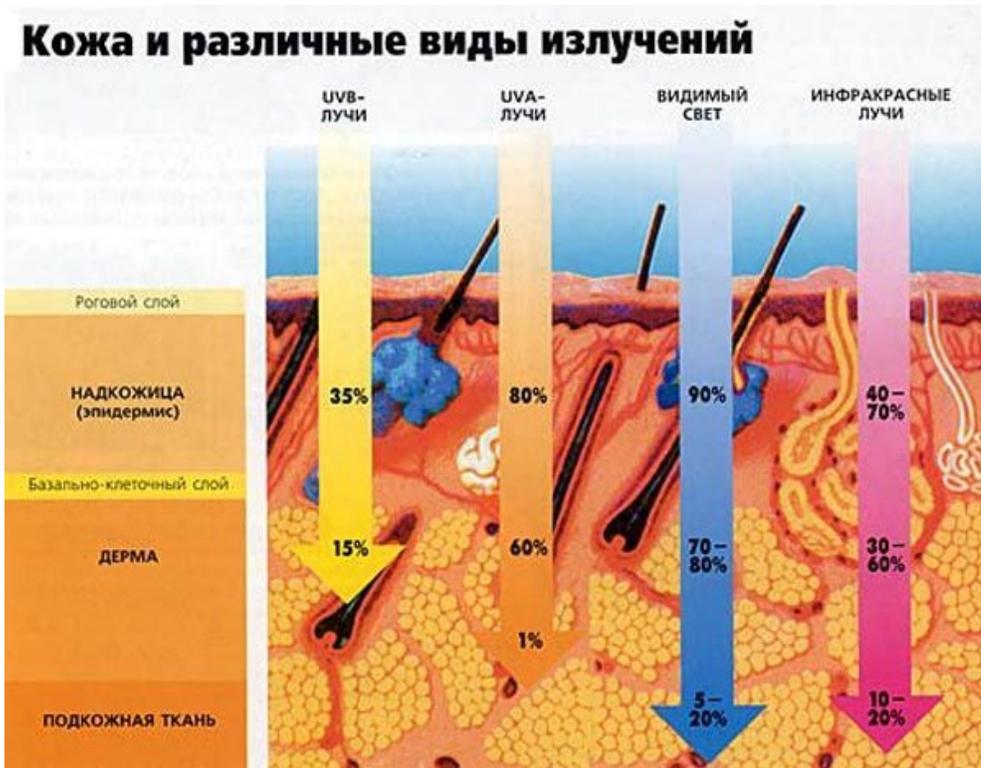
СИМПТОМЫ

-  Повышенная сухость кожи
-  Появление шелушений
-  Неравномерность цвета и пигментация лица
-  Потеря тонуса, упругости, эластичности и появление дряблости
-  кожи
-  Преждевременное появление мелких и средней глубины
-  морщин
-  Появление пятен с избыточной пигментацией (солнечное лентиго)

Появление старческих угрей и себорейных кератозов

ОСНОВНОЙ ПРИЧИНОЙ ФОТОСТАРЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА КОЖУ UV-A И UV-B ИЗЛУЧЕНИЯ.

УФ-спектр делится на три области — УФ-А (UVA), УФ-В (UVB) и УФ-С (UVC).



Ученые считают, что за последние 10 лет вследствие истончения озонового слоя интенсивность УФ-излучения возросла на 3-10%. Это заставило врачей внимательно относиться к действию солнечного света на кожу и пересмотреть свое отношение к "здоровому загару".

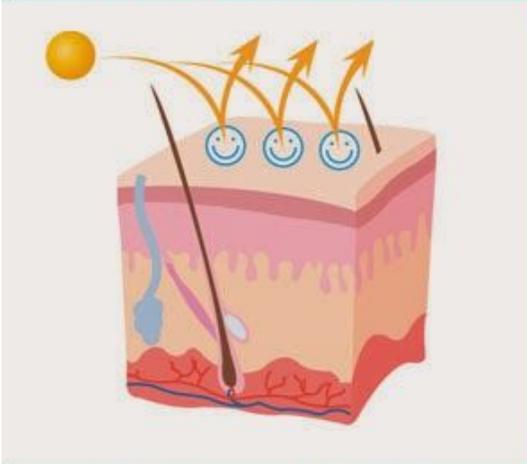
Лучи спектра (UV - C) - лучи с самыми короткими длинами волн— разрушают все живое, поскольку обладают самой высокой энергией. К счастью, все УФ-С лучи задерживаются в стратосфере.

Лучи спектра UV-B - поглощаются дермой в незначительной степени и поэтому при длительном облучении вызывают в основном поверхностные повреждения: покраснение, ожог, болезненность.

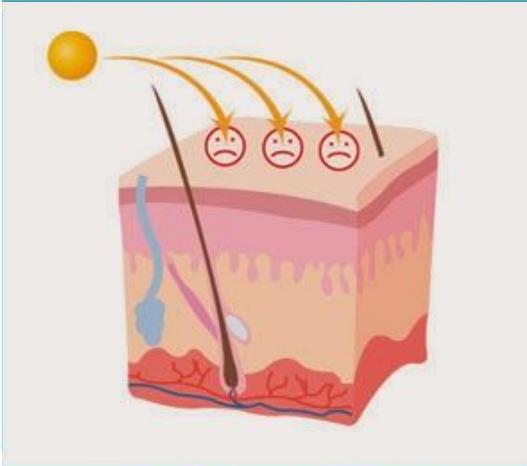
Лучи спектра UV-A - из всего УФ-спектра эти лучи имеют наименьшую энергию, но при этом обладают самой высокой проникающей способностью. Достигая поверхности Земли, они проходят сквозь толщу воды в морские глубины. В коже человека УФ-А-лучи достигают срединных слоев дермы. Именно с ними связывают процессы, лежащие в основе фотостарения кожи. Ультрафиолет А — это бомба замедленного действия, которая отсчитывает драгоценное время нашей молодости и красоты.

ЧТО ТАКОЕ SPF ЗАЩИТА ОТ UV-ЛУЧЕЙ?

SPF расшифровывается как Sun Protection Factor, что в переводе означает «фактор защиты от солнца»
Солнцезащитные химические и физические фильтры: в чем разница?



Физические солнцезащитные фильтры - Минеральный экран состоит из микроскопических частиц (оксида титана, оксида цинка, талька, каолина и титановой слюды), которые отражают солнечные лучи, не давая им достигнуть поверхности кожи. Они также используются для защиты от УФ-А и УФ-В лучей. Эффективность минерального экрана зависит от концентрации перечисленных элементов и его правильного нанесения на кожу. Физические фильтры хорошо воспринимаются чувствительной кожей.



Химические солнцезащитные фильтры – это химические, природные вещества некоторых растений, ягод, фруктов, овощей и пр. способные поглощать солнечную энергию. Они используются для защиты от УФ-А и УФ-В лучей. Их количество ограничено. Используя средства с химическими УФ фильтрами, следует знать, что они действуют не сразу, а только через 30 минут после нанесения. Поэтому солнцезащитный продукт необходимо нанести предварительно перед выходом на солнце



1. ЗАЩИТА КОЖИ ОТ ОБЛУЧЕНИЯ УЛЬТРОФИОЛЕТОМ (ФОТОПРОТЕКЦИЯ)

Используйте обильное и неоднократное нанесение солнцезащитных средств во время загара. Не загорайте в часы наибольшей солнечной активности и избегайте палящего солнца. Умеренно посещайте солярий и используйте специальные средства защиты.

2. ЕЖЕДНЕВНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОСМЕТИКИ С АНТИОКСИДАНТАМИ И SPF – ФИЛЬТРАМИ

Предотвращает преждевременное старение кожи и поддерживает ее естественные защитные функции.

3. ОТШЕЛУШИВАНИЕ УТОЛЩЕННОГО РОГОВОГО СЛОЯ

Необходимо ускорить разрушение поврежденных волокон коллагена и эластина, стимулировать синтез новых компонентов межклеточного вещества дермы. Наиболее часто для лечения кожи, поврежденной УФ-излучением, используется гликолевая кислота, хорошо проникающая в дерму. Применяя гликолевую кислоту во время пилинга, можно добиться не только отшелушивающего эффекта, но и достичь стимуляции фибробластов с существенным ростом продукции коллагена.

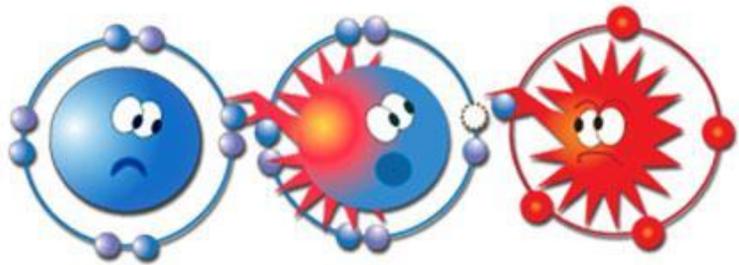
4. ПОДДЕРЖКА ЕСТЕСТВЕННОГО УВЛАЖНЕНИЯ КОЖИ

Гиалуроновая кислота активизирует восстановительные процессы в коже, защищает волокна коллагена и эластина от разрушения, разглаживает морщинки.

5. ОТБЕЛИВАНИЕ

Отбеливающие средства для лица направлены на то, чтобы сделать кожу более однородной, а не белой. Основные активные компоненты: ниацинамид (витамин B3), витамин C, Арбутин, экстракты лимона, петрушки, винограда и пр.

МИТИ ФАКТОРЫ ВЛИЯЮЩИЕ НА СТАРЕНИЕ КОЖИ



НОРМАЛЬНАЯ
СТАБИЛЬНАЯ МОЛЕКУЛА
С 2-МЯ ЭЛЕКТРОНАМИ

СВОБОДНЫЙ РАДИКАЛ
ВОРУЕТ ЭЛЕКТРОН

ОКИСЛИТЕЛЬНЫЙ СТРЕСС
- это нарушение обмена веществ и энергии, накопление активных агентов, повреждающих или инициирующих повреждения клеток, приводя к развитию разнообразных патологических состояний в организме



Антиоксидант
имеет один
лишний электрон.

Отданный им
электрон
нейтрализует
свободный радикал.

Причины возникновения:

«Свободный радикал образуется в тот момент, когда кислород, участвующий в процессе метаболизма, теряет электрон. Пытаясь возместить потерю электрона, свободный радикал отбирает электрон, например, у молекулы, входящей в состав клеточной мембраны, превращая ее в новый свободный радикал. Эта цепная реакция ослабляет клеточную мембрану, нарушает целостность клетки и открывает дорогу многим дегенеративным заболеваниям.»

В.А. Курашвили, доктор медицинских наук, профессор

Что влияет на образование свободных



Что нас защищает:

Антиоксиданты или противокислители (также антиокислители, консерванты) — вещества, которые ингибируют окисление.

К распространенным относятся:

Аскорбиновая кислота (витамин С)

Токоферол (витамин Е)

β-каротин (провитамин А)

Ликопин (в томатах)

Полифенолы: флавины и флавоноиды (часто встречаются в овощах)

Танины (в какао, кофе, чае)

Антоцианы

Коэнзим



Гиподерма (подкожно жировая клетчатка) —

это самый глубокий слой кожи.

Запасание энергии в виде жира — главная задача гиподермы.

Функции гиподермы:

Изоляционная — защищает внутренние органы от механических повреждений и переохлаждения.

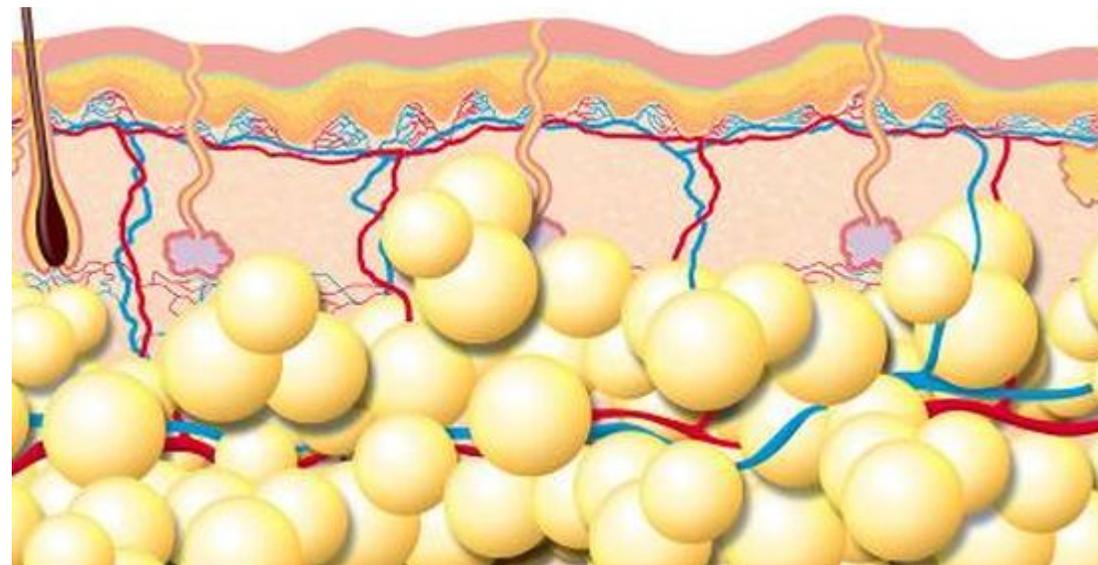
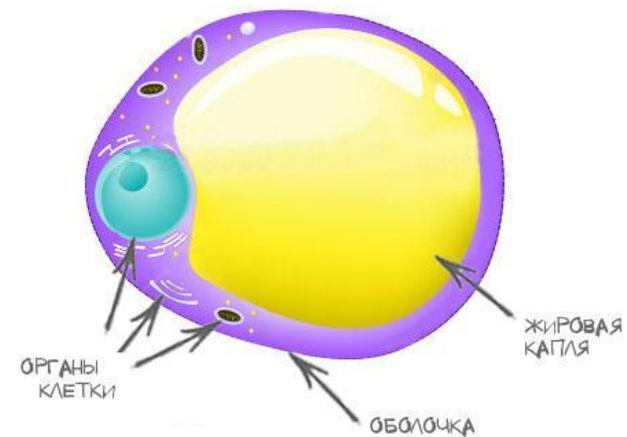
Накопительная — организм накапливает излишки энергетических ресурсов.

Виды жировой ткани:

Буряя жировая ткань выполняет функцию выделения тепла, она согревает организм. По мере взросления количество бурой жировой ткани снижается.

Белая жировая ткань имеет белый или желтоватый цвет. Основная задача структурной клетки — накапливать жир, увеличиваясь в размере.

АДИПОЦИТ
ЖИРОВАЯ КЛЕТКА



ЧТО ТАКОЕ ЦЕЛЛЮЛИТ?

Целлюлит (липодистрофия) –

косметологическая проблема, обусловленная структурными изменениями в подкожно-жировом слое. Зонами локализации целлюлита, как правило, становятся наружные поверхности бедер, ягодицы, зона живота, боковые поверхности туловища и грудь.

**ЗДОРОВЫЕ
ЯГОДИЦЫ**



НАЛИЧИЕ ЦЕЛЛЮЛИТА



Единой общепринятой классификации стадий развития целлюлита не существует. Разные исследователи выделяют от 4 до 6 стадий заболевания.

1 стадия



На первой стадии целлюлит у женщин практически не заметен. Его выдать может потеря эластичности кожи. Если в этом месте сделать руками кожную складку или напрячь мышцы, то можно будет увидеть его присутствие.

2 стадия



Здесь уже целлюлит можно легко увидеть без принужденных сжиманий кожи. Целлюлит в виде отека хорошо можно разглядеть на коже. Жировые прослойки можно легко ощутить, поглаживая кожу пальцами. Вдобавок нарушается чувственность кожи из-за отека.

3 стадия



На коже невооруженным взглядом можно увидеть бугорки и ямочки. Кожа не ровная с множеством узелками. Кожа становится дряблой, неровной, эластичность кожи теряется и перестает сокращаться.

4 стадия

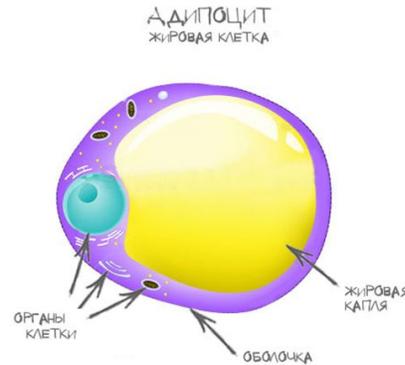


Самая серьезная стадия, практически патология. Кожа выглядит, как пористая губка. Может наблюдаться посинение кожи, из-за слабого кровоснабжения, при прикосновении чувствуется холод и дряблость этих мест, мышечная ткань атрофирована. Вид такой кожи не самый приятный.

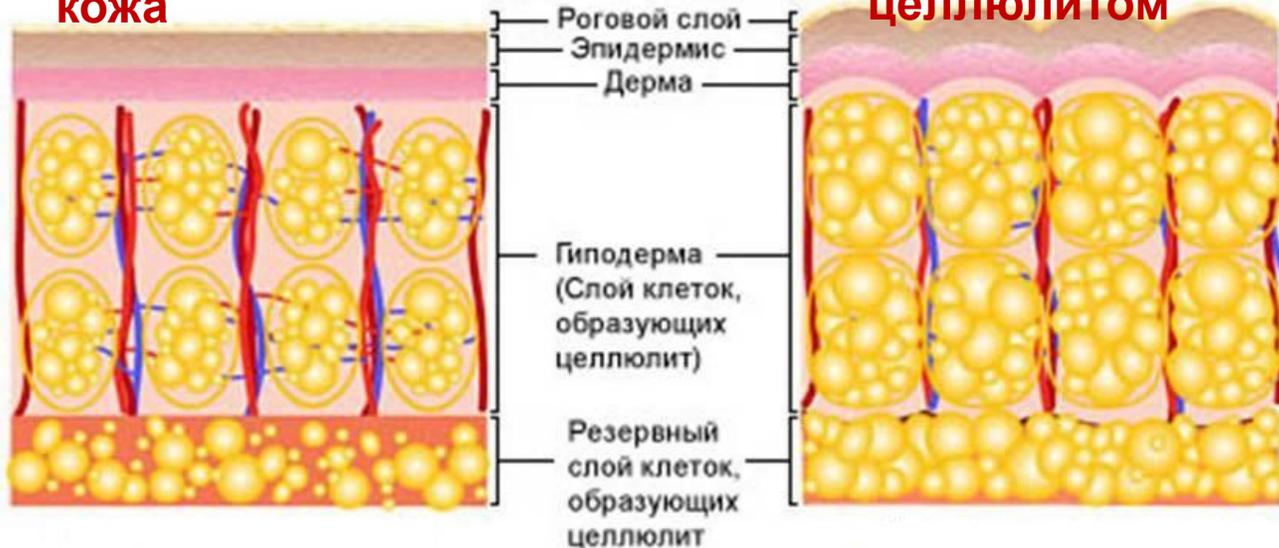
АНАТОМИЯ ЦЕЛЛЮЛИТА

Адиipoцит (жировая клетка) – основная структурная клетка гиподермы (подкожно жировой

При целлюлите, в отличие от ожирения, жир накапливается неравномерно в отдельных группах адипоцитов.



Здоровая кожа



Подкожная жировая ткань состоит из двух слоев разделенных соединительной прослойкой.

Тот слой, что прилегает непосредственно к дерме, содержит крупные жировые клетки погруженные в фиброзную сетку и ориентированные вертикально.

Между клетками пролегает множество кровеносных сосудов.

Более глубокий слой содержит мелкие клетки, но ориентированные горизонтально. Их окружают крупные кровеносные сосуды.

Если жира накапливается много, жировые клетки значительно увеличиваются в объеме.

На поверхности кожа становится похожа на «апельсиновую корку»

Не всегда появление эффекта «апельсиновой кожицы» связано с набором лишних килограммов.

Часто и у достаточно худеньких девушек можно увидеть эти неэстетичные бугорки



возникновения целлюлита на ягодицах. Если в вашем рационе мало продуктов, содержащих клетчатку, то попавшие в организм токсины и шлаки не выводятся. В результате получаем развитие пресловутого целлюлита.

Гормональный сбой. Применяя гормональные препараты, значительно повышается риск возникновения целлюлита на ягодицах.

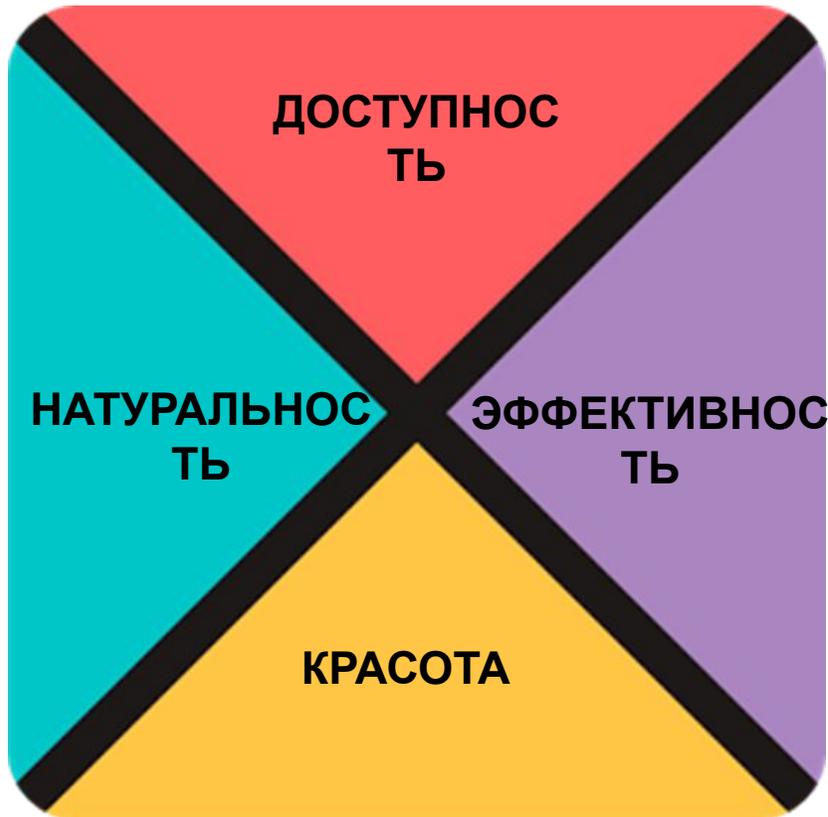
Малоподвижный образ жизни. Многочасовое сидение на одном месте оказывает давление на бедра и ягодицы, препятствуя нормальному кровообращению. Ткани не получают достаточно кислорода и питательных веществ, что ведет к появлению целлюлита, особенно если есть привычка сидеть нога на ногу.

Стресс. Какой бы ни была причина, реакция организма на стресс почти всегда одна и та же – надпочечники начинают вырабатывать гормоны стресса, в том числе и адреналин. В итоге усиливается сердцебиение, учащается дыхание, повышается давление, растет уровень сахара в крови, изменяется водно-солевой баланс. Нарушается работа лимфатической системы, венозного кровотока, обмена веществ, а все это в комплексе необходимо для поддержания жировых тканей в нормальном состоянии.

Наследственность.

Резкие и частые колебания веса.

ГАРМОНИЯ КОМПЛЕКСНОСТИ



1. ДРЕНАЖ + УСТРАНЕНИЕ ОТЕКОВ

Жировая ткань является по сути складом токсинов, которые высвобождаются при ее разрушении. Эвакуация и обезвреживание токсических продуктов является задачей первостепенной важности.

2. УКРЕПЛЕНИЕ СОСУДОВ

Между жировыми клетками располагаются сосуды (кровеносные и лимфатические). Когда клетки увеличиваются, то они сдавливают сосуды из-за чего ухудшается кровоснабжение клеток и увеличивается хрупкость сосудов. Укрепляя сосуды налаживаются обменные процессы, к клеткам начинает поступать кислород, витамины, выводятся токсины.

3. СТИМУЛЯЦИЯ ЛИПОЛИЗА (СЖИГАНИЯ ЖИРА)

В основе целлюлита (правильное медицинское название которого "липодистрофия") лежит накопление липидов (жиров) жировыми клетками (адипоцитами) в гиподерме. Это происходит из-за превышения процессов синтеза липидов над процессами их распада. В таком случае избыток жиров остается в организме и накапливается в подкожно-жировой клетчатке, между мышечными волокнами, на стенках сосудов. Для ликвидации избытка жиров необходимо ускорить распад жиров, вывести их из организма и восстановить липидный обмен.

4. УКРЕПЛЕНИЕ КОЖИ ПРОБЛЕМНЫХ ЗОН

При целлюлите клетки кожи не получают необходимого количества кислорода и питательных веществ из-за чего кожа теряет свою упругость и эластичность, становится тусклой и дряблой. Поэтому необходимо компенсировать нехватку питательных веществ для подтяжки и укрепления контуров, предотвращения появления растяжек и сохранения молодости кожи.

ТИПЫ И СОСТОЯНИЯ КОЖИ



Нормальный тип кожи

Это идеальный тип упругой, гладкой, эластичной, без видимых изъянов кожи.

Как описывает себя женщина

1. Кожа особых проблем не доставляет.
2. Кожа выглядит хорошо.

Как ухаживать

- **Очищение** - любой понравившейся текстурой: пенка, мусс, гель - 2 раза в день, утром и вечером.
- **Тонизирование** – подходящим для типа кожи тоником, после каждого контакта с водой.
- **Увлажнение** – эмульсии, гели, крема, минимальный уход за кожей, 2 раза в день, утром и вечером.
- **Защита** – средняя степень защиты кожи (SPF 7-10), утром и днем.



Комбинированный тип кожи

Это самый распространенный (85%) тип кожи, с более жирной Т-зоной (нос, лоб, подбородок) и более сухой У-зоной (щеки).

Как описывает себя женщина

1. Жирный блеск на Т-зоне в течение дня.
2. Хочется припудрить Т-зону.
3. После очищения может появиться ощущение стянутости на щеках.

Как ухаживать

- **Балансирующие средства** - для комбинированного типа кожи, которые оптимально увлажняют сухие и жирные участки.
- **Очищение** - легкой текстурой, 2 раза в день, утром и вечером.
- **Глубокое очищение** – 2 раза в неделю отшелушивать скрабами или пилингами.
- **Тонизирование** – балансирующим тоником, после каждого контакта с водой.
- **Увлажнение и уход** – легкие текстуры: эмульсии, гели - 2 раза в день, утром и вечером.



Щеки



Нос, лоб



Жирный тип кожи

Это плотная, с заметными порами, блестящая кожа, с часто встречающимися прыщами, угрями, и черными точками.

Как описывает себя женщина

1. Постоянный блеск на всем лице.
2. Потребность в постоянном припудривании.
3. Макияж очень быстро «ползет».
4. Трудно подобрать средства по уходу.

Как ухаживать

- **Очищение** - основательно очищать кожу, чтобы кожное сало нашло выход на поверхность, в контакте с водой - гелем или муссом, 2 раза в день, утром и вечером.
- **Глубокое очищение** - регулярно отшелушивать абразивными скрабами с механическими частичками.
- **Тонизирование** – увлажняющим тоником, после каждого контакта с водой.
- **Увлажнение и уход** – обильное увлажнение ультралегкими текстурами: гелевыми лосьонами, флюидами – несколько раз в день + бактерицидные средства.
- **Защита** – средняя степень защиты кожи (SPF 7-10), утром и днем.



ЧТО ТАКОЕ ЧЕРНЫЕ ТОЧКИ?

Кожа человека покрыта огромным количеством пор — около 100 штук на каждом квадратном сантиметре.

Через них сальные железы увлажняют тело. Это в норме.



Но иногда поры засоряются отмершей кожей, грязью и пылью, а сверху закупориваются кожным салом.

Так появляются комедоны: за-
Чаще всего это происходит в
подбородок), спине и шее.



лице (нос, лоб,



ПОЧЕМУ ПОЯВЛЯЮТСЯ ЧЕРНЫЕ ТОЧКИ?

НЕДОСТАТОЧНОЕ ОЧИЩЕНИЕ КОЖИ. Если вы вернулись после прогулки или работы в городе и не умылись — вся дорожная пыль, автомобильные газы и прочие токсины, останутся у вас на коже. А если вы халтурите в процессе смывания макияжа, то остатки пудры, румян и тонального крема составят пыльную дружную компанию.

ЧРЕЗМЕРНОЕ ОЧИЩЕНИЕ КОЖИ. Да, это тоже вредно. Если вы несколько раз в день моете лицо мылом, ещё пару раз протираете тониками и лосьонами, а напоследок обрабатываете спиртом для дезинфекции — поздравляем! Вы начисто убили защитный слой кожи. При столь активном воздействии лицо раз за разом остаётся беззащитным перед окружающими бактериями, что воспринимается сальными железами как сигнал тревоги. В итоге подобным усердием можно добиться лишь обратного эффекта: сало начнёт выделяться ещё быстрее и активнее.

ЧАСТЫЕ ПРИКОСНОВЕНИЯ К КОЖЕ. Трогайте лицо как можно меньше и только чистыми руками. Если у вас чешется нос, возьмите бумажную салфетку, особенно если вы секунду назад держались за поручень в метро. Представьте, что может попасть оттуда на вашу кожу.

ГОРМОНАЛЬНЫЕ ВСПЛЕСКИ. В подростковом возрасте, в периоды месячных, беременности или климакса воспаления на коже могут быть спровоцированы именно работой гормонов.

НЕ ПРАВИЛЬНО ПОДОБРАННЫЕ КОСМЕТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА. Слишком жирные и плотные текстуры крема и декоративной косметики (составы на основе минерального масла) забивают поры, вследствие чего нередко появляются черные точки.

МЕХАНИЧЕСКОЕ УДАЛЕНИЕ. Проводится в профессиональном салоне или дома. Этот метод даст быстрый, но, к сожалению, недолгий эффект. Не рекомендуем выдавливать чёрные точки самостоятельно или у ненадёжного мастера: велик риск занести инфекцию, могут остаться рубцы.

КОСМЕТИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ. Кислотные пилинги, вакуумные чистки, удаление ультразвуком и прочее. Данные процедуры могут быть эффективны, если нет каких-либо противопоказаний.

ИЗМЕНЕНИЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ. Самый сложный, но самый эффективный метод. Должным образом ухаживайте за лицом, используйте качественные косметические средства, избавьтесь от вредных привычек.



Сухой тип кожи

Это очень нежная и матовая кожа возможны видимые шелушения, в некоторых местах под ней проступают сосудистые сеточки.

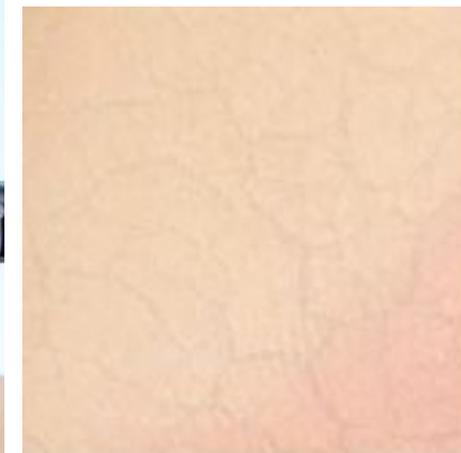
Как описывает себя женщина

1. Чувство стянутости и дискомфорта после умывания.
2. Почти всегда ощущение сухости.
3. Хочется увлажнения и питания.

Как ухаживать

- **Очищение** - мягкое очищение, предпочтительно без контакта с водой – молочком, мицеллярной водой, несмываемыми очищающими эмульсиями.
- **Глубокое очищение** – раз в неделю использовать мягкие энзимные пилинги.
- **Тонизирование** – увлажняющим тоником, после каждого контакта с водой.
- **Уход** – обильное питание и увлажнение кожи плотными, насыщенными текстурами.
- **Интенсивный уход** – регулярно использовать средства интенсивного ухода: увлажняющие и питательные маски – 1-2 раза в неделю; сыворотки – каждую курсом 2 раза в день, 28 дней, 3-4 раза в год.
- **Защита** – максимальная защита кожи от перепадов

температуры, ветра и центрального отопления. СРБ 10-15



Состояния кожи	Как описывает себя женщина	Как ухаживать
<p>Обезвоженная:</p> <ul style="list-style-type: none"> - потеря эластичности, - серая, - видимые шелушения 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Появились неглубокие морщинки – даже в раннем возрасте. 2. Всегда ощущение сухости, стянутости кожи. 	<p>Комплексное увлажнение – гиалуроновая кислота, пептиды, масло Ши</p>
<p>Чувствительная:</p> <ul style="list-style-type: none"> -покрасневшая, -возможен зуд, стянутость. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Близко расположены сосуды к поверхности кожи (купероз). 2. Кожа быстро краснеет, есть зуд, шелушения, раздражения и отеки 3. Остро реагирует на перепад температур, косметические продукты 	<p>Натуральные масла и успокаивающие компоненты – повышают сопротивляемость кожи к агрессивным внешним воздействиям.</p>
<p>Уставшая (Вялая):</p> <ul style="list-style-type: none"> -выглядит вялой и дряблой, - мелкая сеточка морщин вокруг губ и глаз. -нездоровый цвет лица. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Неполный рацион, диета. 2. Неправильный образ жизни. 3. Внешние и внутренние стрессы. 4. Отсутствие ухода. 5. Отсутствие защиты от ультрафиолета 	<p>Обеспечивать питательный уход за кожей – для того, чтобы кожа быстрее начала обновляться и защищаться.</p>



ВАЖНО!
СРЕДСТВА ПО УХОДУ ЗА КОЖЕЙ
НУЖНО ПОДБИРАТЬ ПО ТИПУ И ЕЕ СОСТОЯНИЮ!





с момента рождения человека его кожа начинает претерпевать возрастные изменения

Видимые складки кожи, возникающие в результате избыточной активности мимических мышц, потерей кожей эластичности, упругости и других причин.

Мимические морщины

Причина появления:

активная работа мышц нашего лица, которые выражают наше эмоциональное состояние. Смех, улыбка, огорчение, слезы – около 15000 раз в течение дня мышцы нашего лица непроизвольно сокращаются. Мимические морщины являются самыми ранними из всех видов морщин.

Профилактика и устранение:

- курсовой релаксирующий или пластический массаж лица,
- регулярный пилинг кожи,
- косметический уход на основе фитомиорелаксантов,
- инъекции препарата ботулотоксина (Botox)

Гравитационные (птоз)

Причина появления:

результат провисания кожи из-за потери ее упругости и эластичности, резкая потеря массы тела. Как следствие глубокие носогубные складки, опускание верхнего века, опущение уголков губ, появление «слезной борозды» при возрастных изменениях лица.

Профилактика и устранение:

- курсовой лимфодренажный или хиропластический массаж лица,
- регулярное скрабирование кожи,
- косметические средства с лифтинг-эффектом
- липофиллинг, нитевые подтяжки лица и пр.



Возрастные морщины

Причина появления:

обычно покрывают всю поверхность лица, образуются из-за возрастных изменений, происходящих на клеточном уровне. Уменьшается количество коллагена, эластина и гиалуроновой кислоты, из-за этого теряется упругость и эластичность кожи. Истончается защитный барьерный слой кожи, начинается активное фотостарение, эпидермис становится обезвоженным.

Профилактика и устранение:

- Питательный косметический уход,
- Увлажняющие средства с гиалуроновой кислотой в составе,
- Регулярный пилинг кожи,
- Мезотерапия

Кожа после 20 лет - это возраст, в котором прекращается фаза роста. Происходит окончательное формирование кожи, и хотя явных возрастных изменений пока нет, не стоит забывать, что обратное развитие организма начинается незаметно с 18-25 лет в зависимости от генных особенностей и образа жизни.

Что происходит

- поры закупорены
- может еще проявляться склонность к воспалениям
- в этот период частая проблема «акне»
- могут появиться линии мелких морщинок (мимические)

Как ухаживать

- очищение/ тонизирование
- увлажнение
- глубокое очищение
- защита от ультрафиолета

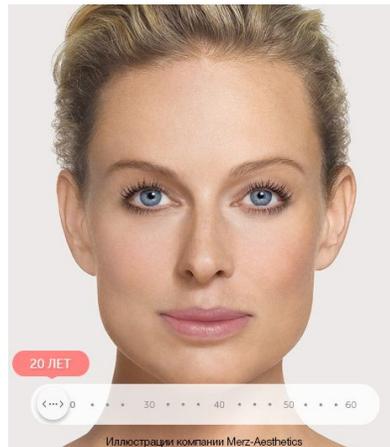
Кожа после 40 лет - возрастные изменения кожи нарастают: она становится более грубой и более тонкой, при этом – рыхлой, появляются пигментные пятна.

Что происходит

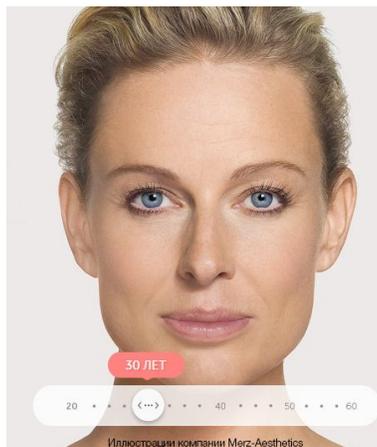
- Эпидермис продолжает утолщаться
- дерма начала истончаться – начинают заканчиваться запасы гиалуроновой кислоты
- появляются пигментные пятна

Как ухаживать

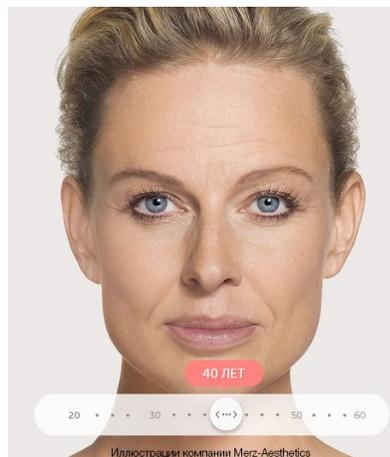
- очищение/ тонизирование
- увлажнение
- anti-age средства (крема, сыворотки, маски) с гиалоурановой кислотой, пептидами
- глубокое очищение, переход на более мягкие средства глубокого очищения – энзимные скрабы и гоммажи
- + использование осветляющих средств (от пигментации)**
- повышаем степень защиты от солнца



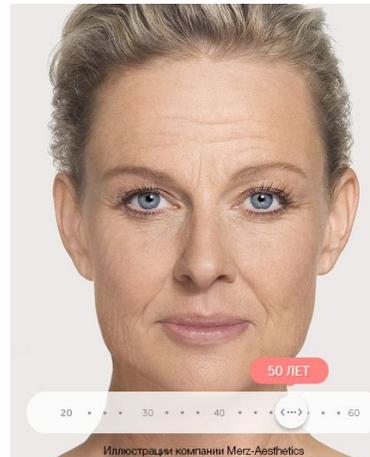
20 +



30 +



40 +



50 +

Кожа после 30 лет - в этом возрасте наступает не только зрелость, но и меняются потребности кожи. Наступает период увядания кожи. Начинает меняться овал лица.

Что происходит

- кожа становится менее эластичной
- могут проявляться сосудистые сеточки или расширенные поры
- может начать появляться потеря объема в области щек, снижение линии бровей, опущение уголков губ

Как ухаживать

- очищение/ тонизирование
- увлажнение, питание
- интенсивный уход
- более интенсивное глубокое очищение - скрабы\маски\пилинги
- + дополнительный уход anti-age средства**
- повышаем степень защиты от солнца

Кожа после 50 лет - в организме начинает происходить гормональная перестройка, снижается уровень эстрогенов, из-за чего кожа истончается, становится сухой. Усиливаются процессы гликации – засахаривания (спаивания) волокон коллагена и эластина, кожа теряет упругость.

Что происходит

- уменьшается объем щек, кожа начинает провисать
- уголки рта опускаются, а губы становятся тонкими и морщинистыми
- в области висков образуются впадины
- фотостарение – возрастные пятна, неравномерная пигментация

Как ухаживать

- очищение/ тонизирование
- увлажнение/ средства с гиалоурановой кислотой
- глубокое очищение – энзимные пилинги
- осветляющие средства
- anti-age средства
- + использовать средства с сосудукрепляющими компонентами**
- используем высокую степень защиты от солнца

КРАСОТА КОЖИ – ЭТО СИСТЕМА ЭТАПЫ УХОДА ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА



БАЗОВЫЙ УХОД ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА

1 ЭТАП -

ОЧИЩЕНИЕ



Очищение кожи - очень важный этап в программе ежедневного ухода. Очищение влияет на красоту и здоровье нашей кожи, поэтому важно выполнять его правильно и регулярно! Выполняется ежедневно 2 раза в день – утром и вечером.

Зачем?

- снять макияж и загрязнения.
- размягчить сальные пробки и очистить забитые поры.
- дезинфицировать очищенные поры.
- подготовить кожу к получению питательных веществ.

Почему утром и вечером?

- утром удаляем остатки ночного крема с продуктами распада и токсинами (ночью кожа в 8 раз активнее).
- вечером убираем остатки косметики, пыль и грязь улицы.

2 ЭТАП -

ТОНИЗИРОВАНИЕ



Тонизирование кожи - обязательная завершающая процедура после очищения кожи и любого контакта с

Зачем?

- удалить остатки очищающего средства
- нормализовать pH кожи
- сузить чистые поры
- увеличить проводимость крема
- увлажнить кожу

Как правильно тонизировать?

- **После каждого контакта с водой** – т.к. любой контакт с водой нарушает pH кожи, тоник позволяет привести pH кожи к здоровому показателю.
- **Только на очищенную кожу** – если использовать тоник без очищения, то он растворяет скопившиеся на коже пыль, кожный жир, остатки ухода до более жидкого состояния, загоняет это в поры и сужает их. Может начаться воспалительный процесс.

БАЗОВЫЙ УХОД ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА

3 ЭТАП –

УВЛАЖНЕНИЕ/ЗАЩИТА

Увлажнение и защита кожи – дневное ухаживающее средство которое мы наносим на кожу для защиты от внешних негативных факторов окружающей среды и в качестве основы под макияж.



Зачем?

- защитить кожу от негативного воздействия ультрафиолета (SPF – защита)
- предотвратить преждевременное старение, обезвоживание и отмирание клеток
- защитить от ветра, пыли, перепада температур

Когда и как?

- уход наносят на чистую кожу после тоника, массирующими движениями, от центра лица к вискам
- средство наносится за 30 мин. до нанесения макияжа и до выхода на улицу

4 ЭТАП –

ВОССТАНОВЛЕНИЕ/ПИТАНИЕ

Восстановление и питание кожи – ухаживающие средства которые мы наносим на кожу вечером, перед

Зачем?

- поддерживает и стимулирует процессы обновления (все процессы восстановления происходят ночью)
- обеспечить кожу максимальным количеством питательных веществ (концентрация и консистенция ночных продуктов более насыщенная)

Когда и как?

- уход наносят на чистую кожу после тоника, массирующими движениями, от центра лица к вискам
- средство наносится за 1 час перед сном



ИНТЕНСИВНЫЙ УХОД ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА

ГЛУБОКОЕ ОЧИЩЕНИЕ КОЖИ



Глубокое очищение – различные пилинги, маски.

Зачем?

- избавить роговой слой от мертвых клеток,
- очистить поры,
- устранить черные точки,
- освободить кожу от токсинов,
- улучшить текстуру кожи.

Как часто?

1 - 2 раза в неделю

Глубокое очищение кожи лица предполагает довольно агрессивное на нее воздействие, за счет нарушения связей между чешуйками рогового слоя. Поэтому проводить его рекомендуют 1 или 2 раза в неделю в зависимости от типа кожи.

АКТИВАЦИЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ

Активация восстановления – это курсовое или разовое использование средств по уходу интенсивного действия.

Зачем?

- срочно и быстро решить проблемы
- действие прицельно,
 - мгновенно,
 - максимально эффективно

Какие продукты?

- сыворотки,
- маски,
- патчи



БАЗОВЫЙ УХОД ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА

УХОД ЗА КОЖЕЙ ВОКРУГ ГЛАЗ



Особенность кожи вокруг глаз – эта область очень тонкая 0,05 мм, как бумажная салфетка, практически лишена подкожного жира, отсутствуют сальные железы и большую часть дня находится в подвижном состоянии. Именно на коже вокруг глаз раньше всего появляются первые признаки старения.

Зачем?

устранить основные проблемы - темные круги,
- мешки,
- морщины,
- отечность.
улучшить кровообращение

Когда и как?

2 раза в день – утром и вечером.
Нанести средство размером с рисовое зернышко на мизинец или безымянный пальчик и распределить на 2 пальца – этого количества хватит на оба глаза.
Наносить по надкостнице, не приближаясь близко к веку, похлопывающими легкими движениями, чтобы не растягивать тонкую кожу.

КРАСОТА КОЖИ – ЭТО СИСТЕМА
ЭТАПЫ УХОДА ЗА КОЖЕЙ ТЕЛА



Зачем?

Очищение кожи – это не только удаление с нее видимых загрязнений, но и серьезная помощь ее работе. Чистая кожа, свободная от излишков жира и пыли, лучше осуществляет теплообмен. За счет того, что чистые поры лучше выводят пот, температура тела регулируется гораздо эффективнее.

Как:

С **душа** начинается очищение кожи. Очищать кожу лучше специальными средствами.

Тело во время душа надо растирать снизу вверх, начиная от пальцев ног, круговыми движениями.

Прием ванны - должен длиться 15 - 20 минут, так он улучшит обмен веществ, кровообращение и работу нервной системы.

Температура воды при приеме душа и ванны должна быть умеренной, ни горячей, ни холодной.

В очищающие ванны можно добавлять соль и эфирные масла – они оказывают релаксирующее действие на нервную систему и одновременно тонизируют кожу.

Пены для ванн имеют выраженный косметический эффект и особенно рекомендованы при жирной коже тела.



Зачем?

- глубоко очищает, удаляет отмершие клетки с поверхности кожи
- улучшает кровообращение, а значит нормализуется дыхание и питание клеток кожи
- устраняет застойные явления, убирает отечность
- выравнивает рельеф кожи, борьба и профилактика целлюлита
- поддерживает молодость и эластичность кожи

Чем и Как:

Скраб – выравнивает цвет кожи, избавляет от черных точек, разглаживает поверхность кожи, сокращает растяжки, активно борется с целлюлитом, при этом дополнительно увлажняет и питает кожу, насыщает ее витаминами.

Глиняные обертывания:

лимфодренажный эффект - активно выводит излишки жидкости и снижает "бугристость" кожи, непримиримо борется с целлюлитом, активизирует микроциркуляцию крови и устраняет застойные явления, дряблость кожи, очищает поры.

детокс - очищение оказывает мощный антиоксидантный эффект и борется с окислительным стрессом.

питание и увлажнение кожи – минералы, витамины глубоко проникают в кожу повышая упругость и эластичность кожи.



ЭТАПЫ УХОДА ЗА КОЖЕЙ ТЕЛА

УВЛАЖНЕНИЕ И ПИТАНИЕ КОЖИ

Зачем?

Сохранить красоту кожи, замедлить процессы старения и помочь коже оставаться увлажненной

Как правильно ухаживать за кожей:

После принятия душа или ванны, нужно использовать увлажняющие и питательные средства. В средствах для тела должно быть больше увлажняющих веществ и масел, чем в косметике для лица, но при этом впитываться они должны быстрее, чтобы не оставлять следов на одежде.

Нужно увлажнять и питать кожу тела после каждого приема душа.



Зачем?

- избавиться от целлюлита,
- уменьшить объемы,
- подтянуть, укрепить кожу после потери объема,
- скульптурировать формы (укрепить грудь, ягодицы)
- Anti-age коррекция

Как?

Корректирующие средства наносятся ежедневно после принятия душа на проблемные участки.

Важно при нанесении интенсивно массировать кожу до полного впитывания.

Для достижения максимального результата корректирующие косметические процедуры должны сочетаться с физической нагрузкой и диетой.



ЭТАПЫ УХОДА ЗА КОЖЕЙ ТЕЛА

УХОД ЗА КОЖЕЙ РУК

Зачем?

- увлажнить и смягчить кожу рук,
- защитить кожу от внешних негативных воздействий,
- восстановить эластичность,
- выровнять оттенок кожи,
- укрепить ногти

Как?

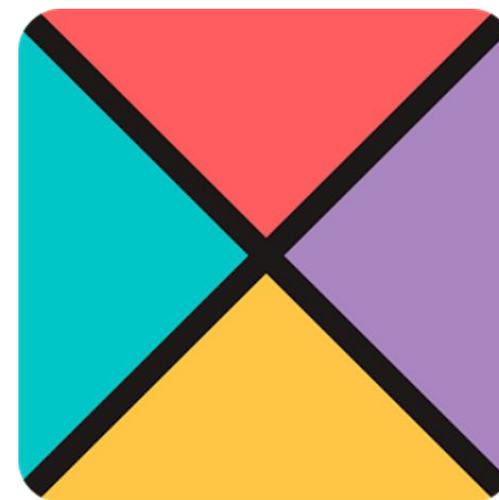
- используйте дружественные коже составы мыла в которых содержатся смягчающие компоненты
- после мытья рук наносите на кожу легкие увлажняющие средства
- на ночь наносите питательный, восстанавливающий крем
- наносите в течении дня или на ночь косметическое масло для укрепления ногтей.



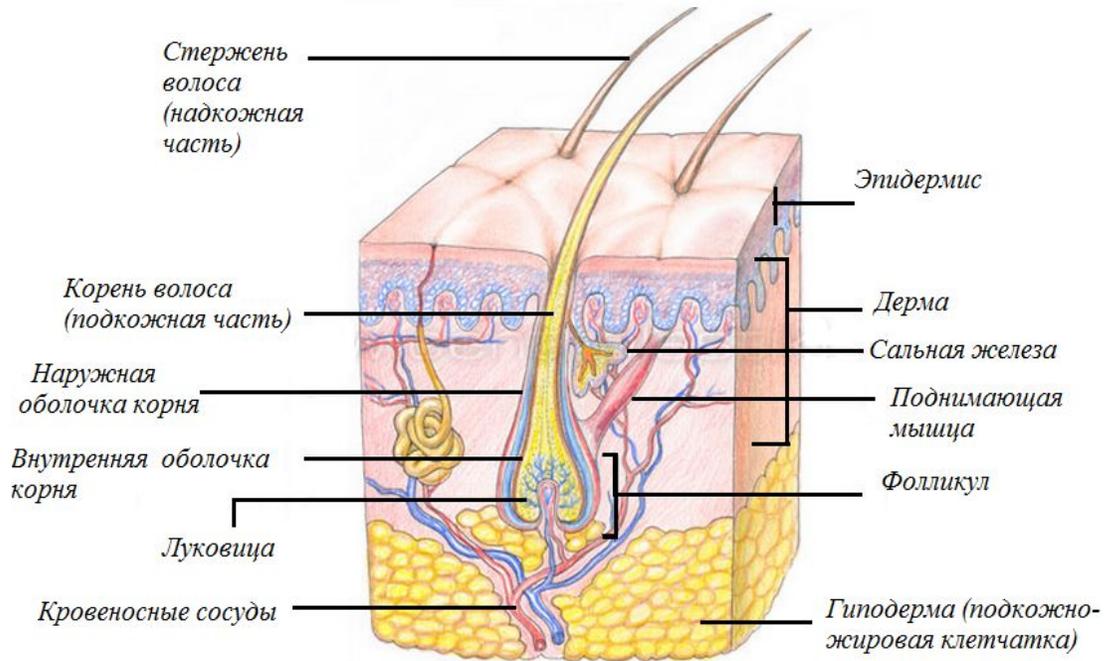
M I  I T



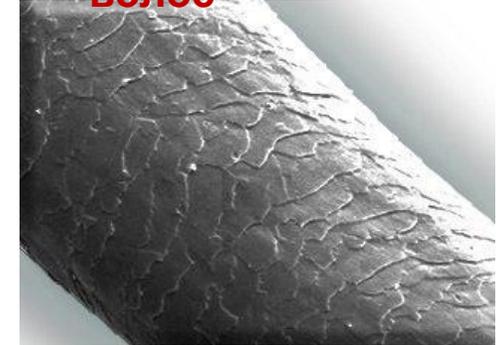
УХОД ЗА ВОЛОСАМИ



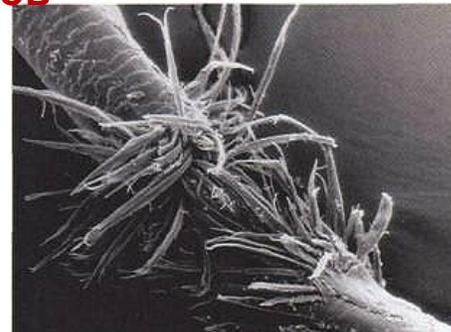
СТРОЕНИЕ ВОЛОСА



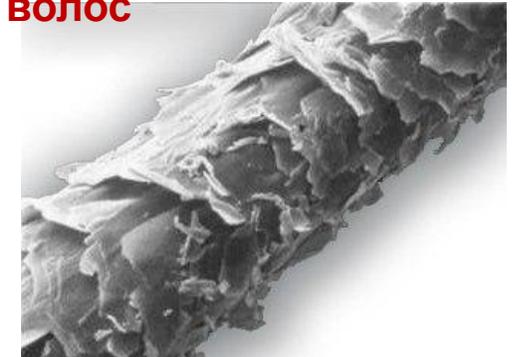
здоровый волос



разрыв волоса – сечение кончиков



пористый, поврежденный волос



Сердцевина – располагается в центре волоса и определяет толщину волос

Корковый слой - это внутренний слой который придает волосам эластичность и прочность. В корковом слое содержится пигмент **меланин** – который отвечает за цвет волос.

Кутикула – это защитный внешний покров волоса. От ее состояния зависит блеск волос.

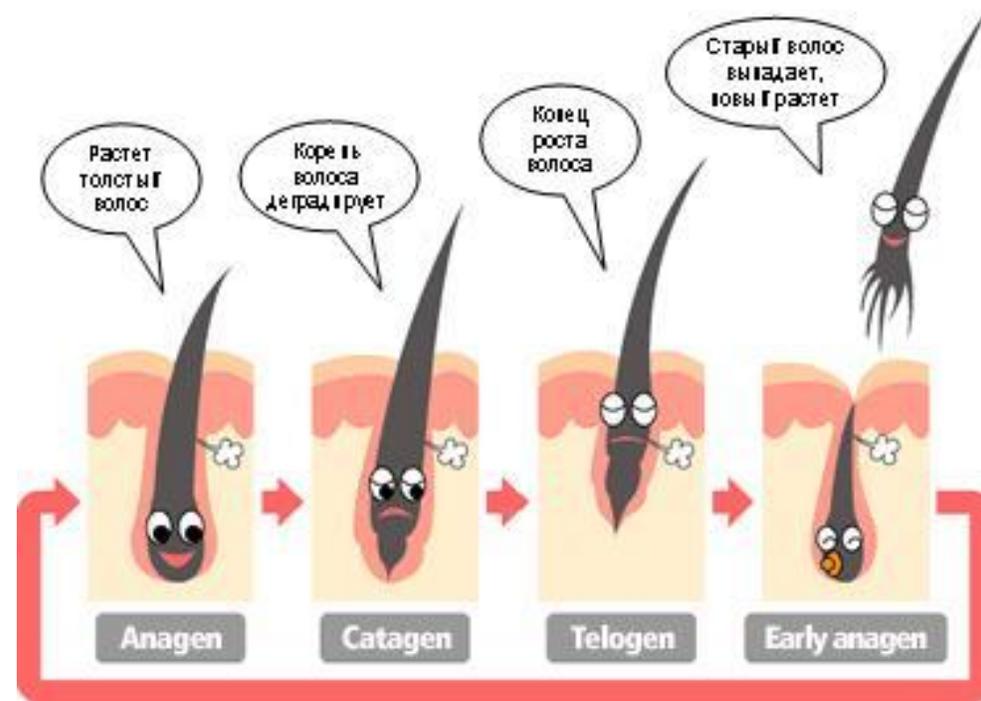
Три циклические фазы роста

Анаген - длится от 2 до 6 лет, происходит рост волоса, за месяц волос удлиняется примерно на 1 см (70-90% волос находятся в фазе роста). В это же время на волос действуют различные факторы, некоторые из них оказывают повреждающее действие.

Катаген - в течение двухнедельной переходной фазы рост волос прекращается.

Телоген - зрелый волос остается в коже головы в течение 2-4 месяцев. Этот период называется фазой покоя. В конце концов, этот волос выталкивается новым растущим волосом.

В результате естественной смены фаз, каждый день мы теряем около 30-100 волос. Но если вы теряете больше волос в день, то это сигнал для обращения к специалисту.



Внутренние факторы которые приводят к потере волос: генетическая предрасположенность, гормональный дисбаланс, нарушение работы внутренних органов, тяжелые стрессы, некоторые лекарственные препараты, скудное питание.

ВНЕШНИЕ ФАКТОРЫ ВЛИЯЮЩИЕ НА РАЗРУШЕНИЕ СТРУКТУРЫ ВОЛОС

Фактор	Средство защиты
<p>Сухой воздух (мороз, фен, низкая влажность в помещении) – лишает волос влаги в результате чего волос электризуется, теряет блеск, эластичность.</p>	<p>Регулярное использование увлажняющих масок и спреев.</p>
<p>Жесткая (с солями тяжелых металлов), хлорированная вода – разрушают защитную липидную пленку, волос становится ломким и секущимся.</p>	<p>Восстанавливающие маски, масла и флюиды запечатывающие кончики.</p>
<p>Химическая обработка, окрашивание, некачественная косметика – разрушают структуру волоса, лишают его естественных составляющих.</p>	<p>Использование средств для окрашенных волос, различные питательные и восстанавливающие средства.</p>



Поврежденные волосы — безжизненные, сухие, тусклые, ломкие волосы с сильно секущимися кончиками.

Потребности

восстановить структуру волоса,
придать волосам блеск и шелковистость,
устранить ломкость и спутывание волос,
сохранять форму и длину

Окрашенные волосы — волосы, которые подверглись стойкому окрашиванию или осветлению.

Потребности

сохранить цвет волос,
придать волосам блеск,
восстановить их структуру

Седые волосы — это отсутствие или «разбавление» красящего пигмента, меланина, в структуре волоса. С возрастом его содержание уменьшается, и волосы начинают терять цвет.

Потребности

маскировка седины,
предотвращение или замедление процесса



Перхоть - к сожалению, это не просто косметический дефект. Её появление вызывается более глубокими нарушениями в организме и часто сопровождается выпадением и замедлением роста волос.

M I  I T

**УСПЕХОВ В
ПРОДАЖАХ !!!**

M I  I T