Автор: Наталия Антонова
27.01.2009 11:54 -

Всё чаще и чаще мы начинаем подумывать о весне. Нам грезятся тёплые денёчки, бархатные травинки, лёгкий, остужающий лицо ветерок. И так сладко делается от этого предвкушения!

Но вернёмся к действительности. На улице мороз, ветерок далеко не нежный, так и норовит обжечь холодом. Дома же и на работе сухой воздух от центрального отопления тоже не лучшим образом действует на нашу кожу. И что нам, Василисам Прекрасным, делать? Смотреть в зеркало и видеть, как кожа облезает? Спасибо, что не чулком…

В лягушку превращаться что-то не хочется. От Ивана-царевича проку мало… Придётся самим поухаживать за кожей. Чтобы весной не стыдно было своё лицо и солнышку показать и ветру ласковому для поцелуя щёчку подставить.

Перво-наперво нужно вспомнить, что водопроводная вода далеко не лучший друг для нашей кожи. Как, впрочем, и мыло, от которого зимой стоит отказаться. Умываться лучше всего минеральной водой без газа комнатной температуры. Можно протереть лицо остуженным отваром аптечной ромашки – столовая ложка на стакан кипятка. Отвар готовится с вечера. Часть отвара залейте в формочки для льда. Они пригодятся вечером.

Если у вас пористая кожа, лучше воспользоваться отваром календулы. Это растение обладает и антисептическим действием.

Как вы думаете, почему наши бабушки и прабабушки неплохо выглядели в 80 и более лет? Ведь жизнь их была намного тяжелее нашей, и условий для ухода за собой практически не было никаких. О кремах от морщин тогда вообще не слышали. Может быть, это и к лучшему? Ведь теперь мы узнаём от уважаемых учёных, что некоторые

дорогие кремы приносят нам не столько пользу, сколько вред.

Наши же бабушки пользовались "подручными средствами", которыми с успехом теперь можем пользоваться и мы.

Главной причиной старения кожи является обезвоживание. С возрастом способность кожи удерживать влагу снижается.

По утрам для кожи полезен душ или орошение из пульверизатора. Но делать это нужно хотя бы минут за сорок до выхода зимой на улицу.

Кроме того, кожу хорошо увлажняет ежевечерняя "молочная" процедура. Проводится она следующим образом: кладём в миску чайную ложку крупной соли и заливаем стаканом молока. Размешиваем. Берём натуральное махровое полотенце, смачиваем в этом растворе и накладываем на лицо минут на 15-20. Лучше делать это вечером в комнате, где нет света. Просто лежим и отдыхаем. На глаза хорошо положить ватные тампоны, смоченные в отваре василька – чайная ложка на стакан кипятка. Отвар должен быть охлаждённым до комнатной температуры. После молочной процедуры умываться не нужно. На лицо наносится питательный ночной крем.

Разгладит и успокоит кожу капустная маска. Возьмите большой лист капусты или несколько и залейте его горячим молоком. Пусть немного полежит, размякнет, пропитается. Потом наложите его на лицо.

Бабушки умудрялись использовать для омоложения капустную начинку. Капуста рубилась и варилась в молоке. Большая часть смешивалась с яйцами и шла в пирог. А то, что осталось, слегка отжималось, укладывалось в середину салфетки и на лицо. Пироги раньше пекли часто, и маска делалась каждую неделю. После неё лицо умывали мятным чаем. Эффект от этой маски впечатлял.

Автор: Наталия Антонова
27.01.2009 11:54 -

Хорошее действие на сухую зимнюю кожу оказывает масляная маска. Столовая ложка нерафинированного масла, куриный желток, чайная ложка мёда. Всё перемешивается и держится на лице 10-15 минут.

Праздничные хлопоты и воскресные ужины - лучший повод для использования маски из майонеза. Она смягчает, разглаживает и питает кожу. Только майонез должен быть классический, без острых приправ.

Если вы печёте, то не отказывайтесь от дрожжевой маски. Разведите четвёртую часть палочки растительным маслом. Особенно хорошо в этом случае миндальное масло (продают в аптеке), но подойдёт и подсолнечное. Развести нужно так, чтобы масса стала однородной, без комочков и примерно консистенции сметаны. Нанесите на лицо мягкой кисточкой или тампоном на 15-20 минут. Эта маска оживляет и тонизирует кожу. Несколько таких процедур буквально преображают лицо. Особенно заметен эффект на сухой, увядающей коже.

Кстати, маски, наносимые кисточкой, можно использовать и в целях укрепления брачных уз, а также для оживления любовных отношений. В большинстве наших милых мужчин дремлет Пигмалион. Им безумно хочется преобразить свою женщину, войдя в образ творца. Не зря же мужчины придумали историю о том, что женщина сотворена из их ребра… Так что анекдоты о масках на лицах любимых, доводящих мужчин до обморока, далеко не всегда соответствуют действительности.

В общем, попробуйте дать мужу возможность воплотить свои фантазии в жизнь. Прежде, конечно, стоит спросить его, хочет ли он этим заняться. Лично я знаю одного шутника, который с удовольствием делает маски тёще. Тёща довольна любящим зятем, а зять отводит душу, рисуя тёще лицо, рядом с которым Квазимодо отдыхает…

А вот рецепт, улучшение от которого наступает через неделю: разомните столовую ложку клюквы, смешайте с 1/2 стакана кефира. Нанесите смесь на лицо на 15-20 минут. Снимается маска ватным тампоном, смоченным в отваре ромашки или крапивы. Эта маска удалит старые отмершие клетки, очистит кожу и сузит поры.

Зимой повсюду продают груши, и хотя бы половинку можно пустить на маску красоты.

Автор: Наталия Антонова
27.01.2009 11:54 -

Натрите грушу на крупной тёрке, добавьте 1/2 чайной ложки сока грейпфрута, чайную ложку мёда и нанесите на лицо на 10 минут. Смойте кипячёной водой и нанесите крем. Эту маску нельзя делать перед выходом на мороз. Приберегите её на вечер или на выходной день.

Зимой не стоит забывать о цитрусовых. Возьмите мандарин, очистите его, измельчите, добавьте немного овсяной муки. Держите на лице 10-15 минут. Затем умойтесь кипячёной водой.

Начинать омолаживаться можно прямо сейчас, ведь весна не за горами.