



Небезызвестный автор афоризмов Валерий Афонченко как-то, говоря о женщинах, и зрек

: «

Время

,  
потраченное  
на  
макияж

,  
укорачивает  
день  
и  
удлиняет  
ночь

».

Ну

,  
по  
сути-то  
он

,  
конечно

,  
прав

.  
Но  
сразу  
видно  
, что эта  
фраза  
принадлежит  
мужчине

.  
Макияж

!

Если  
бы  
только  
макияж...  
Разве  
он  
спасет  
,  
если  
его  
наносить  
на  
неухоженную  
,  
неподготовленную  
кожу  
? Для  
того  
чтобы  
макияж  
«  
выстрелил  
»  
точно  
и  
вовремя  
,  
необходим  
постоянный  
труд  
. Что они –  
мужчины  
–  
знают  
об  
этом  
?  
Разве  
кто-то  
из  
них  
способен  
понять  
, чем  
отличается  
дневной

крем  
от  
ночного  
?  
Молочко  
для  
снятия  
макияжа  
от  
тоники  
?  
Очищающие  
маски  
для  
лица  
от  
питательных  
? Вот  
то-то  
же  
!  
Зато  
«  
умничать  
» и  
рассуждать  
о  
женщинах  
– это они  
первые...

Консультация [www.маммолог.онлайн](http://www.маммолог.онлайн)

Консультация [www.венеролог.онлайн](http://www.венеролог.онлайн)

Думается, что доказывать необходимость очищения кожи просто нет смысла – это и  
так ВСЕМ  
понятно  
. С  
детства

нас  
приучают  
к  
тому  
, что  
нужно  
умываться  
,  
ходить  
в душ,  
принимать  
ванну  
. А что это  
такое  
,  
если  
не  
очищение  
?  
Правда  
, с  
лицом  
все  
обстоит  
несколько  
иначе  
.  
Одежда  
защищает  
наше  
тело  
от  
разных  
вредных  
воздействий  
и  
загрязнений  
. А  
лицо  
всегда  
открыто  
«  
всем  
ветрам  
».  
Пыль

,  
выхлопные  
газы  
,  
декоративная  
косметика  
– все это  
накапливается  
на  
нежной  
коже  
и,  
уж  
конечно  
,  
не  
добавляет  
ей  
красоты  
.

К сожалению, одними умываниями здесь не обойтись. Да и очищающие лосьоны не могут полностью справиться с этой проблемой. Как же быть?  
Да очень просто!  
Уже давно придуманы специальные очищающие маски.  
Причем даже

косметологи

согласны

с тем, что

маски

,

сделанные

в

домашних

условиях

,

ничуть

не

хуже

– а

иногда

даже

и

лучше

–

салонных

.

По

крайней

мере

,

делая

маску

самостоятельно

,

вы

можете

быть

абсолютно

уверены

в том, что в нее

входят

только

натуральные

продукты

. А «

работать

» она

будет

ничуть

не

хуже

, чем  
профессиональная

.  
Из  
чего  
же  
можно  
сделать  
такую  
маску  
?

## ***Сладкая жизнь***

Помните мультик про Винни-Пуха? «Мишка очень любит мед. Отчего и кто поймет?...» Так вот – кожа тоже очень любит мед. И, кстати, в отличие от Винни-Пуха, по вполне объяснимым причинам. Во-первых, это природный антибиотик – заметьте, «никакой химии». К тому же, мед великолепно увлажняет, питает и омолаживает кожу – не зря же его добавляют в очень многие косметические средства. Ну и еще одно достоинство: он подходит абсолютно для всех типов кожи – даже для самой чувствительной. Вот такой это «волшебный» продукт. Как же готовится очищающая маска для лица с медом? Есть несколько простых рецептов.

Способ первый. Вам понадобится:

- глицерин
- пшеничная мука
- мед
- холодная вода

Возьмите по одной чайной ложке меда и глицерина, а затем влейте три ложки воды. Размешайте. Муку надо всыпать постепенно, размешивая так, чтобы не образовывались комочки. Будет достаточно одной ложки. Размешали? Ну, теперь нанесите на лицо и шею. Все. Минут 20 можно заниматься своими делами. Смыть надо теплой водой.

Способ второй. Вам потребуется:

- молоко
- овсяная мука
- мед

Маленькую ложку овсяной муки смешайте с одной столовой ложкой молока. Добавьте две больших ложки меда. Аккуратно нанесите на шею и лицо. Держать нужно минут 10-15. Смыть также – теплой водой.

Способ третий.

Маска-пилинг. Кроме меда потребуется свежемолотый кофе. Совсем немного – половина чайной ложки. А вот меда потребуется больше – три столовых ложки. Нанесите полученную смесь на лицо и шею и бережно помассируйте пару минут. Только трите не слишком сильно – можно поцарапать нежную кожу. После этого дайте маске «поработать» еще минут 10-15, а затем аккуратно смойте.

### ***Все цвета... глины***

Пожалуй, самая лучшая очищающая маска для лица – из косметической глины. Именно ее рекомендуют чаще всего. За что же такая любовь? Все просто – глина прекрасно «цепляет» на себя грязь, чешуйки «старой» кожи и излишки жира. К тому же она обладает способностью снимать раздражение и «успокаивать» кожу. Да и делается такая маска элементарно – по принципу «просто добавь воды». Правда, глина достаточно активна и главное тут – не переусердствовать. Не стоит оставлять такую маску больше, чем на 12 минут. А смывать надо особенно тщательно. И, конечно, не забудьте нанести потом увлажняющий крем – глина здорово подсушивает кожу.

Очищающая маска из косметической глины подойдет для любого личика – надо только правильно выбрать цвет. Как подбирать? Ну уж конечно не к цвету волос и не в тон домашнего халата! Все зависит от вашего типа кожи. Для чувствительной, сухой или обезвоженной кожи подойдет красная глина. Она снимет раздражение, уберет зуд и «подкормит» кожу кислородом. У обладательниц [жирной кожи](#) выбор больше – можно использовать зеленую, желтую, голубую или белую глину. Помимо основной задачи – очищения – такие маски приносят и другую пользу. Белая – подтянет кожу, выровняет овал лица и удалит излишки жира. Голубая – поможет ранкам на коже быстрее зажить

и предотвратит появление новых прыщей. Зеленая – улучшит кровообращение и поможет надолго сохранить здоровый цвет лица. А если вы чувствуете, что коже не хватает упругости и «сияния», то на помощь придет желтая глина. Она выведет токсины и снимет воспаление.

Какой цвет получится, если смешать красный и белый? Правильно – розовый! Вот именно так и готовится очищающая маска для комбинированной кожи. Все логично, правда? И кожа – комбинированная, и маска – смешанная. Легко запомнить. Впрочем, розовая глина подойдет и для нормальной кожи.

Пожалуй, самой «загадочной» является черная глина. Люди с одним и тем же типом кожи отзываются о ней по-разному. Кто-то утверждает, что такие очищающие маски для лица самые мягкие и щадящие, другие жалуются на ощущение стягивания и сухость кожи после этой процедуры. Поэтому людям с сухой и комбинированной кожей рекомендуется сначала провести небольшой эксперимент. Нанесите глину на небольшой участок лица и оставьте минут на 7. Затем умойтесь и понаблюдайте за реакцией кожи. Если все в порядке, значит черная глина – то, что вам надо.

Говорить про домашние очищающие маски для лица можно еще очень долго. Что только для них не используют – овощи, фрукты, крупы, яйца... даже сырое мясо и печень! Каждый продукт хорош по-своему. Каждый – помогает коже сохранить свежесть и красоту. А мужчины... да пусть прибывают в уверенности, что они про все знают лучше, чем мы! Ведь, как говорила легендарная Коко Шанель: «Красота нужна нам, чтобы нас любили мужчины; а глупость — чтобы мы любили мужчин».