

Ольга Сивек

# Рецепты ТОНИКОВ для лица

Рецепты домашней косметики



# **Ольга Сивек**

## **Рецепты тоников для лица**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=24865641](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=24865641)*

### **Аннотация**

Тоники являются необходимым косметическим средством в ежедневном ритуале ухода за кожей лица. Многие фирменные тоники содержат знаменитые SLS , другие химические вещества и консерванты, которые сушат кожу и имеют негативное влияние на ее состояние. Гораздо полезнее и дешевле сделать тоник самостоятельно. Приготовление не займет много времени, а все полезные ингредиенты можно купить в интернет магазинах или ближайшей аптеке. В книге собраны рецепты тоников для любого типа кожи.

# Содержание

Зачем нужен тоник?	4
Тоник для очень сухой кожи с хоникатом 5%	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

# Зачем нужен тоник?

Тоник – это жидкость на основе воды, содержащая полезные для кожи компоненты, например, экстракты, эссенции растительного происхождения, витамины, активные вещества, химические вещества (красители, консерванты, ароматизаторы). Как и кремы, тоники также предназначены для разных типов кожи – жирной, зрелой, чувствительно и т. д. Косметическое средство лучше всего применять утром, например, вместо геля для очищения и вечером после снятия макияжа с лица. Используется также в течение дня, позволяет освежить кожу. Основной функцией тоника является тонизация, т. е. помочь коже восстановить правильный pH, а не очищение, как принято считать.

Второй функцией тоника является микропилинг. С помощью ватных дисков, смоченных тоником, мы можем самостоятельно сделать нежный пилинг, который очистит кожу и обеспечит лучшее впитывание крема или сыворотки. Отшелушивание происходит только на уровне эпидермиса. Так подготовленная кожа хорошо впитывает активные вещества, содержащиеся в косметике.

Как выбрать тоник с учетом типа кожи?

Кожа сухая. Для нее лучше всего подойдут питательные и увлажняющие тоники, содержащие в себе глицерин, аллантоин, мочевины, пантенол, гиалуроновую кислоту, аргановое масло, жожоба, молоко, витамин С.

Чувствительная кожа. Для такой кожи хорошим вариантом будет тоник успокаивающий, содержащий: экстракт алоэ, розовую воду, ромашку, козье молоко, аллантоин, пантенол, экстракт морских водорослей.

Кожа жирная. Это может быть любой очищающий или матирующий тоник. Самые популярные ингредиенты: белая ива, салициловая кислота, огурец, подорожник.

Кожа с акне. Здесь лучше всего подойдут тоники отшелушивающие и антибактериальные. В их составе должны входить: гликолевая кислота, сера, шалфей, мелисса, календула, цинк, зеленая глина, молочная кислота.

Зрелая кожа. Рекомендуются тоники отшелушивающие, увлажняющие и разглаживающие, например, с кислотами АНА и фруктовыми кислотами.

Простые домашние рецепты

Тоник из петрушки

Увлажняет, осветляет, противодействует появлению мор-

щин. Для приготовления нужно полтора стакана измельченной петрушки залить теплой водой и поставить настаиваться на 10 – 12 часов. Затем процедить жидкость. Тоник можно использовать утром и вечером, хранить в холодильнике в течение семи дней.

### Тоник лимонный

Антибактериальное, дезинфицирующее действие. Разглаживает кожу, эффективен против пигментных пятен. Два стакана кипяченой, горячей воды смешать с соком половины лимона. Тоник готов, хранить его лучше в холодильнике.

### Лавровый тоник

Тоник обладает отшелушивающим и очищающим действием. Несколько лавровых листьев заливаем стаканом кипятка, накрываем крышкой и оставляем на 30 минут. Когда жидкость остынет, переливаем ее в приготовленную стеклянную бутылочку и используем вместо тоника.

### Тоник из роз

Обладает увлажняющими и успокаивающими свойствами. Вскипятите в кастрюле два стакана воды, а затем засыпьте горсть лепестков розы. Готовьте на медленном огне в течение получаса. Затем лепестки процедить через сито. Тоник готов.

# **Тоник для очень сухой кожи с хоникатом 5%**

Правильно подобранные ингредиенты: гидролаты, высокая доза хониката и сорбитол, улучшают увлажнение кожи уже на этапе использования тоника.

На 30 мл:

Гидролаты 93% – 28 г

Сорбитол 2% – 0,5 г

Хоникат 5% – 1,5 г

Эко-консервант порошок 2% – 0,5 г

На 50 мл:

Гидролаты 93% – 46,5 г

Сорбитол 2% – 1 г

Хоникат 5% – 2,5 г

Эко-консервант порошок 2% – 1 г

Гидролаты для сухой кожи: роза, семян моркови, бессмертник итальянский, цветы липы. Выберите один или составьте свой микс из нескольких гидролатов.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.