

Светлана Колосова

Все о косметике (кремы, маски, гели)



Светлана Колосова

Все о косметике

(кремы, маски, гели)

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6183771

Аннотация

Книга представляет собой не только крайне нужное, но и весьма интересное для современных дам издание. В ней содержится самая актуальная информация, которая поможет каждой женщине воплотить в жизнь заветную мечту – стать красивой и желанной. А для этого, несомненно, нужно знать в первую очередь все о современных косметических средствах, которые в изобилии представлены на прилавках магазинов. Но как выбрать из всего этого разнообразия косметики именно то, что подходит вам? В этом вам поможет данная книга. Книга написана простым и доступным языком и рассчитана на широкий круг читателей.

Содержание

Часть I	4
Глава 1	4
Глава 2	11
Конец ознакомительного фрагмента.	13

Светлана Колосова

Все о косметике

(кремы, маски, гели)

Часть I

Косметические средства

по уходу за кожей лица

Глава 1

«Осенняя косметика»

Прекрасным средством для ухода за кожей являются маски. Они всегда были наиболее популярны среди процедур, направленных на улучшение состояния кожи. Полезнее всего наносить маску после паровой ванны или горячего компресса. Кожу следует предварительно очистить, а маску наносить специальной кисточкой или ватным тампоном. На кожу вокруг глаз маску накладывать не нужно.

МАСКИ ДЛЯ НОРМАЛЬНОЙ КОЖИ

Картофельная маска

Требуется: 1 крупная картофелина, 1 яичный желток, 2 ст. л. кипяченого молока.

Способ приготовления и применения. Сварите картофелину в кожуре, очистите и тщательно разомните. Добавьте желток и кипяченое молоко. Все перемешайте. Картофельную массу в посуде поместите в кастрюлю с горячей водой и нагрейте. На кожу нанесите горячую массу, а чтобы тепло держалось подольше, прикройте лицо салфеткой. Через 20 мин маску снимите и ополосните лицо сначала горячей, затем холодной водой.

Помидорная маска

Требуется: 1 спелый помидор, 1 ст. л. крахмала, 1 ч. л. лимонного или виноградного сока.

Способ приготовления и применения. Натрите помидор на мелкой терке, смешайте с крахмалом, добавьте какой-нибудь сок. Маску нанесите на лицо на полчаса. Снимите ее и ополосните лицо теплой, чуть подсоленной водой.

МАСКИ ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

Морковная маска

Требуется: 1 крупная морковь, 1 ч. л. растительного масла и 1 желток.

Способ приготовления и применения. Натрите морковь на мелкой терке, добавьте остальные компоненты, все тщательно размешайте и нанесите маску на лицо на 20—25 мин. Смойте маску теплой водой и промокните мягкой салфеткой.

Капустная маска

Требуется: 100—150 г свежей капусты, 1 ст. л. миндального масла.

Способ приготовления и применения. Капусту мелко нарежьте, добавьте разогретое миндальное масло. Нанесите маску на кожу на 20 мин. Смойте маску прохладной водой и нанесите на кожу увлажняющий крем.

МАСКИ ДЛЯ ШЕЛУШАЮЩЕЙСЯ КОЖИ

Морковная маска

Требуется: 1 морковь, 1 яйцо, 1 ч. л. оливкового масла, $\frac{1}{2}$ ч. л. лимонного или виноградного сока.

Способ приготовления и применения. Натрите морковь на мелкой терке, отделите желток от белка, желток размешайте с оливковым маслом. Добавьте лимонный или виноградный сок и все перемешайте. Приготовленную маску нанесите на кожу и держите 20—25 мин. После этого снимите маску ват-

ным тампоном, смоченным в молоке или теплой воде. Такую маску можно применять 1—2 раза в неделю.

Яблочная маска

Требуется: 1 спелое яблоко, 1 ч. л. меда, несколько капель оливкового масла.

Способ приготовления и применения. Натрите яблоко на мелкой терке, в эту кашицу добавьте 1 ч. л. Меда и несколько капель оливкового масла. Приготовленную маску нанесите на лицо и оставьте на 20—25 мин. В воду отожмите сок лимона и этой водой смойте маску, затем сделайте легкий массаж лица.

МАСКИ ДЛЯ УВЯДАЮЩЕЙ КОЖИ

Морковная маска

Требуется: 1 крупная морковь, 2 ст. л. виноградного сока, 1 яйцо, 1 ч. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока.

Способ приготовления и применения. Натрите морковь на мелкой терке, добавьте 2 ст. л. виноградного сока. Тщательно взбейте белок с растительным маслом. Во взбитый белок введите лимонный сок и все тщательно перемешайте. Приготовленную маску нанесите на кожу на 5—7 мин. Маска начнет стягивать кожу. Смойте маску теплой водой и промокните лицо теплой хлопчатобумажной салфеткой.

Картофельная маска

Требуется: 1 крупная картофелина, 1 яйцо, 2 ч. л. олив-

кового масла, 2 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. меда.

Способ приготовления и применения. Сварите картофельную и хорошо ее разомните. Отделите белок от желтка. Желток смешайте с 2 ч. л. оливкового масла. Добавьте 2 ст. л. лимонного сока и 1 ч. л. меда. Все перемешайте и слегка охладите. Маску нанесите на кожу на 20—25 мин. Смойте ее теплой, чуть подсоленной водой. Затем ополосните лицо прохладной водой. После ополаскивания промокните кожу хлопчатобумажной салфеткой.

МАСКИ ДЛЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ КОЖИ

Капустная маска

Требуется: 100 г капусты, 3 ст. л. творога, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. меда, 1 стакан кипяченой воды.

Способ приготовления и применения. Капусту мелко нарежьте, тщательно разотрите творог с лимонным соком, мед разведите в теплой воде. Смешайте все компоненты. Маску нанесите на лицо на 12—15 мин. Смойте водой комнатной температуры, а после этого сделайте легкий массаж лица.

Дынная маска

Требуется: немного мякоти спелой дыни, 100 г плавленого сыра, 1 ч. л. жидкого меда, сок 1 лимона, 1 стакан воды.

Способ приготовления и применения. Хорошо разомните мякоть спелой дыни, сыр натрите на мелкой терке и смешайте его с медом. Добавьте сырную массу к мякоти дыни. Сок

лимона смешайте с водой. Влейте полученную смесь в приготовленную массу. Мешайте до тех пор, пока не образуется однородная масса. Нанесите маску на кожу на 25—30 мин. Снимайте ее марлевым тампоном, смоченным в теплом молоке. После этого ополосните лицо водой комнатной температуры и осторожно промокните мягкой салфеткой.

МАСКИ ДЛЯ УГРЕВАТОЙ КОЖИ

Картофельная маска

Требуется: 1 картофелина, сок 1 лимона, 1 ст. л. миндального масла, 1 ст. л. измельченных цветков календулы.

Способ приготовления и применения. Картофелину сварите и хорошо разомните. Влейте в размятый картофель лимонный сок, добавьте миндальное масло. Перемешайте. Добавьте цветки календулы. Нанесите на лицо на 10—15 мин. Применять можно через день.

Капустная маска

Требуется: 100 г капусты, сок 1 лимона, 1 ст. л. 5%-ного раствора перекиси водорода, 1 ст. л. сока калины.

Способ приготовления и применения. Капусту мелко порежьте, смешайте сок лимона с перекисью водорода. Разотрите в этой жидкости капусту до состояния кашицы. Влейте в эту смесь сок калины и перемешайте. Нанесите на лицо на 5—7 мин. Применять маску можно 2 раза в неделю. Смесь неподходяща только в том случае, если кожа сухая и подвер-

жена раздражениям.

Глава 2

Секреты Снежной королевы

ОЧИЩЕНИЕ КОЖИ

Очищение сухой кожи

В зимнее время года следует избегать очистки прохладной водой и мылом. В тех редких случаях, когда предстоит умывание с мылом, следует выбирать нейтральные его сорта.

Перед вечерним умыванием рекомендуется очистить кожу сметаной или простоквашей. Эти молочные продукты способствуют одновременному повышению кислотного баланса кожи, ее питанию, смягчению и очищению.

В зимнее время года хорошим средством очистки могут стать какие-либо растительные масла – и оливковое, и подсолнечное. Рекомендуется слегка подогреть масло перед тем, как использовать его для очистки. Вот некоторые рекомендации.

Перед тем как приступить к очищению растительным маслом, вылейте его в фарфоровую чашку и поставьте на 1—2 мин в горячую воду, чтобы оно подогрелось. Сначала ватным тампоном, слегка смоченным в масле, очистите кожу. После этого обильно нанесите масло на поверхность лица восходя-

щими движениями, начиная с шеи, затем от подбородка и рта к вискам, от кончика носа ко лбу и вокруг глаз; от носа к верхнему веку и обратно по нижнему веку. Масло снимите через 2—3 мин чистым ватным тампоном, смоченным в чае.

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.