Опубликовано на Швейцария: новости на русском языке (https://nashagazeta.ch)

Зеркало души. И не только |

Автор: Елена Ткачук, Женева , 24.12.2008.

Когда Цицерон произнес: «Лицо - зеркало души», он не подозревал, что в эпоху стрессов и экологических изменений его утверждение может быть поставлено под сомнение.
|
Речь в этой статье пойдет не о недрах нашей души, хотя тема эта интересна в своей бесконечности, а о той нашей составляющей, что видна невооруженным глазом, то есть о лице.

Хотим мы этого или нет, лицо – наша визитная карточка. При первой встрече, приеме на работу, на фотографии или в толпе других людей, ухоженное или как мы говорим «чистое» лицо, в первую очередь, привлекает взгляд. Магия ухоженного и красивого, а это синонимы, лица огромна. Реклама модной одежды, спортивных достижений или здорового образа жизни часто связана с лицом.

А это значит, что именно лицо должно быть предметом нашей постоянной заботы. Одна из простых, но необходимых ежедневных процедур - очищение лица. Любой специалист скажет, что в наше время светлое и чисто вымытое лицо - большая редкость и даже роскошь, позволить себе которую может каждый, но отказывается это делать, ссылаясь на нехватку времени, денег или просто на плохое настроение.

После трудного рабочего дня, бурной вечеринки или опаздывая на работу, мы часто ленимся уделить несколько минут очищению лица. Обманывая самих себя, мы просто помоем лицо водой с мылом, в редком случае нанесем пенку, а может, и протрем ваткой с тоником, при этом ватка мгновенно почернеет от остатков инкрустируемой пыли. А пыль, плюс сигаретный дым, плюс старый макияж останутся на коже, прикрывшись новыми слоями.

Обман начинается, когда вам 16 и все говорят, что чем меньше мы «трогаем» лицо, тем лучше. В 20 – «еще рано», в 25 – все вроде и так неплохо. А в 40 обман раскрывается, ибо становится «уже поздно». И тогда никакой слой косметики не скроет возраст, он попросту не сможет удержаться на многогодовых слоях нашей лени. Придется искать кардинальные и более дорогие способы «сохранить лицо».

Не ожидая приговора, примем некоторые профилактические меры. Начнем с приобретения средств для демакияжа. Для различных типов кожи они будут разные, а разным бюджетам соответствуют разные гаммы продуктов.

Ниже перечислены средства, адаптированные к любому типу кожи, которые я вам рекомендую использовать в ежедневной практике. Для самого же ритуала очищения подойдут ватные диски Demak’up или FACE (Sephora). Очищение проводится утром и вечером. Обратите внимание – утром! Ведь мы должны уничтожить омертвевшие клетки кожи - шлаки нашего организма - образовавшиеся за ночь, и остатки вечернего ухода.

H2O
Проточная вода для умывания должна быть чуть теплой, иначе она расширит подкожную сосудистую сеть. Чувствительная кожа может вообще не требовать использования воды. Если бюджет позволяет, используйте исключительно минеральную воду для умывания, или очищающую воду (Eau Démaquillante/Micellaire). Она не содержит спирт, обладает нейтральной PH и помогает сохранить естественные ресурсы планеты. Некоторые её виды могут заменить гель для умывания в том случае, если речь не идет об основательном «многослойном» макияже.

Магические линии
Они являются базой косметологии и помогут вам в дальнейшем нанесении косметических средств. Мысленно разделим лицо на две половины: левую и правую. Аккуратными круговыми движениями подушечек пальцев следуйте от середины лица к его внешним контурам: от переносицы и середины лба к вискам, от крыльев носа, углов рта и середины подбородка к ушной раковине. В области верхних век средства наносятся от внутреннего угла глаза к внешнему, а в области нижних век, наоборот. В области верхней губы идем от её середины к внешним краям, а в области нижней справа налево или наоборот. В области шеи движение начинается от ключиц вверх к подбородку.
Эти движения осуществляют правильный лимфатический массаж и дренаж одновременно, не разрушая коллагеновые волокна, расположенные по направлению этих линий.

Нанесение геля/пенки
Этот этап необходим, чтобы освободить поры от загрязнения. Весь процесс производится кончиками пальцев. Главное ни в коем случае не тянуть кожу.
Гель/пенка для лица растирается в ладонях до образования пены и круговыми движениями наносится на лицо, следуя массажным линиям. Процедура занимает 1-2 мин. К ее окончанию вы должны почувствовать, как очищенная кожа приятно поскрипывает. Гель/пенка смывается водой проточной, минеральной или очищающей.
Затем я советую вам промокнуть лицо бумажной салфеткой; использованное полотенце для лица содержит бактерии, способствующие новому загрязнению кожи. Что же касается геля с микрочастицами, он абразивный и таит в себе мину замедленного действия. Его надо использовать осторожно. Нормальному типу кожи этот гель показан без ограничений с частотой 1 - 2 раз в неделю. Если у вас проблемная кожа с активными элементами акне, он может спровоцировать новое воспаление. А в том случае, если у вас кожа, склонная к сухости или чувствительная, произойдет дополнительное ее иссушение и потеря ее защитных свойств. Эти факторы - замкнутый круг и излечение может занять определенное время.

Нанесение молочка
Молочко содержит в себе дополнительные питательные компоненты, эффективно увлажняет кожу и восстанавливает баланс, нарушенный проточной водой. Оно также наносится «легким движением руки», по массажным линиям. Для этого используем средний палец, т.к. именно он считается нерабочим и производит правильное нажатие на кожный покров.

Снятие молочка

Производится ватным диском, смоченным очищающей водой или тоником. Движение производится по тем же линиям, что и предыдущие этапы. В процессе вы можете сменить 2-3 диска. Именно ватный диск является индикатором очищения кожи. Если протерев лицо тоником или очищающей водой, вы увидели на диске следы кожного жира, пыли или остатки косметики, значит, на каком-то этапе вы допустили ошибку или перепрыгнули через этап. Вы схитрили, а кожа вам этого не простит.
Особое внимание хотелось бы уделить демакияжу век. Эта нежная область быстро формирует мелкие морщинки, спровоцированные, в том числе и неправильным уходом. Иногда бывает недостаточно простого очищения лица, чтобы удалить остатки макияжа век. Поэтому я рекомендую воспользоваться дополнительными средствами. Остановимся на двух особенно эффективных. Речь идет о Démaquillant Yeux Intense (Chanel) и Démaquillant Cellulaire Yeux (La Prairie). Они обладают не только очищающим действием; их структура абсолютно не травмирует кожу.
За очищением кожи следует нанесение ночного или дневного средств по уходу, то есть сыворотки и/или крема. Ваша кожа полностью готова к этому. Мы убрали преграду загрязнения, крем впитается полностью и равномерно. Его компоненты достигнут тех механизмов, что впоследствии обеспечат нормальное функционирование вашей кожи.
Итак, за работу, за сохранение молодости и профилактику ранних морщин, ведь как говорил английский философ Ф. Бэкон: «Красивое лицо является безмолвной рекомендацией».

Теперь перейдем к средствам, соответствующим трем категориям бюджета.

<u>Бюджет скромный</u>
Нормальный, смешанный или жирный тип кожи:
Гамма Derma Genèse (L'Oréal)
или
Démaquillant Intégral от Vichy
или
Линия FACE от Sephora

Чувствительная кожа с тенденцией к аллергии:
Средства Clean Sensitive (Garnier)

Кожа с тенденцией к сухости:
Линии Hydra Comfort (L’Oréal)
или
Clean Sensitive (Garnier)

Кожа в возрасте:
Серия Age Perfect (L’Oréal)

Бюджет средний
Нормальный тип кожи:
Gelée des lagons, Eau des lagons (Carita Ideal)
или
Douceur d’Eau (Methode Jeanne Piaubert)

Жирный и смешанный тип кожи:
Liquide Facial Soap, молочко Take The Day Off и Clarifying Lotion 2-3 (Clinique)
или
Isopure (Methode Jeanne Piaubert)
или
Серия Purenesse (Shiseido)

Чувствительная кожа с тенденцией к аллергии:
Eau Lactée (Carita Ideal)
или
Démaquillant Douceur(Methode Jeanne Piaubert)

Кожа с тенденцией к сухости:
Doux Nettoyant Moussant, Lait démaquillant Velours, Lotion Tonique (Clarins)
или
Линия Biosource (Biotherm)

Возрастная кожа:
Purifying Oil Rich, Perfecting Water Light (Laura Mercier)
или
Huile Soyeuse (Chanel Precision)

Бюджет люкс

Нормальный тип кожи:
Cleansing Gel, Cleansing Lotion, The Tonic (La Mer)
или
Nettoyant Mousse, Lotion Apaisante Equilibrante, Lait Démaquillant, Eau Cellulaire, Lotion Apaisante Equilibrante (La Prairie)

Жирная и смешанная кожа:
Nettoyant Mousse, Lait Démaquillant, Eau Cellulaire, Age Management Lotion (La Prairie)
или
Poreless Moisture, Poreless Cleanser, Poreless Tonique (Dr Brandt)

Чувствительная кожа с тенденцией к аллергии:
Emulsion démaquillante, Lait Démaquillant, Eau Cellulaire, Lotion Apaisante en spray (Système Desensibilisante) от (La Prairie)
или
Huile Démaquillante Haute Performance Premium (Shu Uemura), Lotion Nacrée (Carita)

Кожа с тенденцией к сухости:
Purifiant Crème, Lait démaquillant, Eau Cellulaire, Lotion Cellular Vivifiante (La Prairie)
или
Huile Démaquillante Equilibre Haute performance Enrichie (Shu Uemura), Lotion de Riz (Carita)

Кожа в возрасте:
Purifiant Crème, Lait démaquillant, Eau Cellulaire, Lotion Cellular Vivifiante (La Prairie)
или
Очищающая гамма уникальной японской косметики «Menard»
здоровье

Source URL: *https://nashagazeta.ch/news/style/zerkalo-dushi-i-ne-tolko*