

Юлия Юдина

# Маски для лица



# Юлия Юдина

## Маски для лица

*Текст предоставлен издательством  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6003067](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6003067)*

*Маски для лица: Научная книга; 2013*

### Аннотация

Каждая женщина мечтает иметь здоровую кожу, лишенную дефектов и изъянов. Однако далеко не каждая может похвастаться чистым личиком, сияющим здоровьем. Ведь на кожу действует столько негативных факторов! Однако это вовсе не повод для отчаяния – ведь у вас в руках книга, автор которой постарался подобрать для милых читательниц рецепты масок для лица, которые вы сможете без труда приготовить в домашних условиях.

# Содержание

Введение	5
Глава 1. Это необходимо знать	7
Классический тест «пять точек»	11
Тест на чувствительную кожу	12
Конец ознакомительного фрагмента.	13

# Юлия Юдина

## Маски для лица

*Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.*

# Введение

Пока женщина молода, она, как правило, совершенно не обращает внимания на такие мелочи, как складочки на лбу или возле рта. Ей достаточно подкрасить губы и реснички, провести пару раз пуховкой по носику и щекам, чтобы почувствовать себя привлекательной и даже неотразимой.

Но стоит только перешагнуть милой даме за тридцатилетний рубеж, как начинается что-то невероятное. Беготня по косметическим салонам, консультации у специалистов и уход за кожей собственными силами отнимают порой столько времени, что просто диву даешься, как женщины успевают заниматься остальными делами.

Каждая из нас мечтает сохранить свою красоту до самой старости. И потому мы очень сильно расстраиваемся, глядя на отражение в зеркале и замечая все новые морщинки и складочки на лице.

Лучики возле глаз, непонятно откуда взявшийся второй подбородок, отеки и мешки под глазами и прочие косметические дефекты на лице заставляют представительниц прекрасного пола в отчаянии кусать губы и скупать в огромном количестве крема, лосьоны и маски, от которых порой становится только хуже.

Что же делать? Прежде всего не отчаиваться. Ведь появление первых морщин вовсе не означает, что женщине нуж-

но смириться с неизбежным. Внутреннее очарование не стареет, а что касается внешнего, так его можно «подкорректировать» и даже вернуть с помощью правильно подобранных кремов, масок, лосьонов, а также других косметических средств и способов ухода за кожей лица. В нашей книге мы поговорим о масках.

# Глава 1. Это необходимо знать

Кожа – наружный покров человека и животного. Это сложное по строению образование, которое выполняет массу всевозможных функций. У взрослого человека площадь кожи варьирует от  $1\frac{1}{2}$  до  $2\text{ м}^2$ . В  $1\text{ см}^2$  кожи располагается около 6 млн клеток. На разных участках тела она имеет различную толщину и строение.

Кожа состоит из трех основных слоев. Верхний слой – эпидермис, или надкожица, представляет собой ороговевший слой клеток, которые постоянно отмирают и отшелушиваются. Клетки кожи полностью меняются в течение 26–28 дней. Толщина эпидермиса зависит от выполняемой функции. На ладонях и стопах эпидермис грубее. Он осуществляет связь нашего тела с внешней средой и состоит из пяти слоев: основного, шиповидного, зернистого, блестящего, рогового. Эпидермис покрыт поверхностной пленкой, которая образована смещением кожного сала и пота. Следующий слой – дерма, или собственно кожа, образованная соединительной тканью.

Дерма состоит из двух слоев: поверхностного (сосочкового) и более глубокого (сетчатого). И самый глубокий слой кожи – гиподерма, состоящий из соединительно-тканых волокон и жировой клетчатки, защищающий расположенные

под нею органы от механических повреждений и перепадов температур.

В состав кожи входят два вида желез – потовые и сальные. Потовые железы располагаются по всей поверхности тела, но максимальное их количество находится на сгибах суставов. Большое количество сальных желез располагается на средней части лица, спине, верхней части бюста; ладони и подошвы ими не снабжены.

Кожа имеет несколько защитных функций. Кожный покров защищает организм человека от вредного воздействия окружающей среды, участвует в обмене веществ, осязании, выделительных процессах, терморегуляции. Кожа – один из важнейших показателей здоровья человека. Существует несколько условий, при которых она будет хорошей: сбалансированное питание, индивидуальный ежедневный уход, нормальное функционирование желудочно-кишечного тракта, нормальный сон, уравновешенность, физические упражнения.

Кожу можно условно подразделить на несколько типов, различающихся своими свойствами. Выделяются три основных ее типа – нормальная, сухая и жирная. Помимо этого, кожа может быть комбинированной, увядающей и чувствительной. Теперь о каждом из типов подробнее.

Нормальная кожа, пожалуй, наиболее редкий тип. Она гладкая, достаточно упругая, с ровной поверхностью и почти незаметными порами. Такая кожа матового тона, достаточно



увлажнена. Но при неправильном уходе она может стать сухой или, что случается чаще, жирной.

Сухая кожа выглядит очень привлекательно в юности, она гладкая и нежная на вид, с матовой поверхностью, поры незаметны, но с возрастом при неправильном уходе на ней появляются глубокие морщины. Кожа нуждается в увлажнении и питании.

Жирная кожа имеет вид апельсиновой корки. Поверхность ее грубая, с ярко выраженными порами и комедонами (черными точками). Нередко жирная кожа имеет нездоровый сероватый оттенок.

Комбинированная кожа встречается наиболее часто. Она жирная по центру лица, в Т-зоне (лоб, нос и подбородок), а боковые ее части сухие или нормальные. Уход более сложен, чем за одним из основных типов, – ведь за излишне жирными областями лица требуется уход как за жирной кожей, а за сухими – как за сухой.

Увядающая кожа – такой подтип образуется у каждого человека с возрастом. Охарактеризовать его просто – появление морщин, недостаток влаги (чаще всего увядающая кожа сухая), матовая поверхность, возникновение пигментных пятен.

Чувствительная кожа легко подвержена всевозможным раздражениям. Чувствительной может быть как жирная, так и сухая кожа. Этот тип характеризуется следующим образом: под воздействием тепла, холода, ветра она краснеет и прини-

мает воспаленный вид. Нередко шелушится, особенно при неверном подборе косметических средств.

Определить тип кожи в домашних условиях несложно. Конечно, в косметологическом кабинете это сделают с большим успехом. Но существует ряд тестов, пригодных для домашних условий.

# **Классический тест «пять точек»**

Нужен лист папиросной бумаги (в принципе, подойдет обычная бумажная салфетка). Перед проведением этого теста необходимо очистить лицо с помощью воды и мыла и подождать 1–2 ч, чтобы восстановилась естественная кожная смазка. Затем на лицо накладывают салфетку и слегка ее прижимают. Если кожа жирная, на салфетке останутся 5 жировых пятен – в области лба, носа, подбородка и щек. При нормальной и комбинированной коже пятен будет 3, по центру салфетки, – лоб, нос и подбородок. При сухой коже жировых пятен не останется. Впрочем, при нормальной коже, склонной к сухости, тоже не останется.

# **Тест на чувствительную кожу**

Чувствительную кожу также можно определить с помощью теста.

# 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.