Очищаем кожу народными средствами

***Внешний вид и его роль***

Огромную роль в жизни каждой женщины играет внешний вид. Если привести в порядок личный гардероб можно за короткое время, то темные круги под глазами, нежелательные морщинки возле губ, болезненный вид кожи, ломкие ногти и секущиеся кончики волос за один день не исправишь. Здесь нужно работать грамотно и регулярно. Рецепты красоты в различных формах и проявлениях существуют с древних времен и передаются от поколения к поколению. Многие женщины в разных странах предпочитают использовать так называемые «бабушкины рецепты» вместо коммерческих препаратов. Посмотрим, есть ли в этом какой-либо смысл.

***Чем очистить кожу?***

Любой уход за кожей начинается с ее очищения. Многие народные рецепты рекомендуют очищать кожу настоями из сухих трав.

Для жирной кожи подойдут отвары:

* ромашки,
* шалфея,
* календулы,
* лопуха.

Сухую кожу нужно очищать:

* настоями из лепестков роз,
* жасмина,
* перечной мяты,
* отваром петрушки.

Нормальную кожу лучше «умывать»

* мать-и-мачехой,
* крапивой,
* чабрецом.

***Тонизируем кожу***

После очищения кожу нужно тонизировать. Для этого можно использовать:

* крапиву,
* смородину,
* клубнику,
* календулу.

***Чем важны маски?***

Очень полезны для кожи лица маски собственного приготовления. Одним из основных элементов таких масок является мед. Так же для масок можно использовать свежие овощи, фрукты, масло, сметану, молоко. Перед тем как делать маску нужно подготовить кожу. Сначала кожу лица нужно очистить, а затем распарить с помощью паровой ванночки. Это обогатит кожу кислородом и раскроет поры. Помните, что слишком часто маски делать не стоит все хорошо, когда в меру. Если кожа сухая маску делают 1 раз в неделю, а если комбинированная или жирная - два. Приобрести составляющие масок можно в любой аптеке или магазине, а по цене выйдет дешевле в разы по сравнению с косметическими средствами.

***Помним про осторожность***

Но стоит помнить про осторожность. Дело в том, что многие травяные сборы и мед могут вызывать аллергию. Поэтому перед тем как применять тот или иной продукт убедитесь, что он вам подходит на все сто процентов.

На самом деле секреты красоты уже давно никакие не секреты. Достаточно заглянуть в холодильник или шкаф и вам откроется огромное множество народных косметических средств по уходу за кожей.