Домашний уход за телом

Уход за кожей тела весьма важен для каждого из нас. Гигиенические процедуры по уходу за телом должны быть обязательны для всех. Дополнительный уход за кожей тела может быть оказан в салонах красоты. Массаж, обертывания и пилинги так любимы многими женщинами. Профессиональная косметика и руки профессионала могут творить чудеса. Кожа становится более гладкой, ровной и шелковистой. Однако, салонный уход за телом не всем доступен, ввиду нехватки времени и денежных средств. Но так хочется побаловать себя комплексом процедур для оздоровления кожи, и помогут в этом косметические процедуры в домашних условиях.

*Домашний уход за телом*

Уход за телом в домашних условиях начинается с простого очищения кожи. Да, гигиенические процедуры это процедура неотъемлемая для каждого человека. Принятие душа с сопутствующими косметическими средствами бережно очищает кожу от пота, излишков кожного сала, грязи и пыли. Но наша кожа нуждается в дополнительных процедурах, которые должны проводиться время от времени.

* *Пилинг*, как процедура очищения кожи от ороговевшего слоя, должен проводится не реже одного раза в неделю. Эта процедура обеспечит вашей кожи должный уход и ровный цвет кожи. Помимо этого под воздействием скраба улучшается кровообращение в сосудах и капиллярах кожи. Она становится более упругой и в тоже время мягкой. В качестве скраба можно использовать косметические средства, которые нам предлагают производители косметики. На сегодняшний день в составе скрабов чаще всего включены натуральные ингредиенты. Абразивные частички из абрикосовых косточек, миндаля, кофе не только отшелушивают мертвую кожу, но и благоприятно воздействуют на кожу, не вызывая аллергических реакций. Также можно воспользоваться рецептами для пилинга кожи из народных рецептов красоты. Прекрасным средством послужит смесь морской соли и меда или измельченные овсяные хлопья со сливками. Рецептов очень много, они созданы с учетом потребностей каждого типа кожи и обладают различными эффектами, такими как питание, осветление и омоложение;
* *Питание и увлажнение.* Побаловать кожу тела коктейлем из витаминов и полезных соединений также можно не выходя из дома. После принятия ванны или душа кожу тела необходимо увлажнить, ведь вода сама по себе сушит кожу. Косметическое увлажняющее средство в виде молочка или лосьона наносят еще на влажную кожу. В качестве питания кожи можно также воспользоваться сопутствующей косметики. Народные рецепты в домашних условиях также могут послужить прекрасными средствами для интенсивного питания или увлажнения кожи тела;
* *Маникюр и педикюр.* Каждая женщина проводит эти процедуры в салоне красоты и у себя дома. Кожа рук , в отличие от кожи всего тела, постоянно находится на виду и требует особого ухода. Кроме этого на кожу рук оказывается неблагоприятное воздействие от средств бытовой химии и агрессивной окружающей среды. Для подготовки кожи рук и ногтей к процедуре педикюра, начните с теплой ванночки. В теплую воду можно добавить немного растительных натуральных масел или специальное смягчающее средство промышленного производства. Когда кожа распарится, нанесите на кожу немного скраба для кожи рук и помассируйте их, затем обработайте ногти инструментами для маникюра. После вы можете воспользоваться кремом для рук или маслом. Кожа рук после домашнего маникюра выглядит более свежей, гладкой и бархатистой. Педикюр в домашних условиях проводится в той де последовательности, но с соответствующей косметикой для ног и ступней. В качестве интенсивной терапии кожи рук и ног, побалуйте кожу питательными масками.