Здравствуйте, дорогие читательницы. Сегодня посвятим статью избавлению от растяжек с помощью голубой глины.

**Растяжки (стрии)** - микротрещины, которые образовываются в результате надрыва соединительных тканей под влиянием множества факторов. За все время жизни кожа подвергается изменениям: половое созревание, резкая потеря или набор веса, беременность, наследственная предрасположенность.

Голубая глина от растяжек - народное средство, которое поможет решить проблему открытых купальников и низкой самооценки. Поговорим подробнее о пользе, правильности применения и методах лечения рубцов.

## Полезные свойства голубой глины

Содержание в голубой глине микро- и макроэлементов способствует обновлению организма на клеточном уровне. Косметологи широко применяют ее в виде масок, обертываний, скрабов, пиллингов.

**Уникальные свойства:**

* питание и увлажнение кожи;
* стимулирование циркуляции крови;
* омоложение кожи лица и тела;
* выведение вредных токсинов и шлаков;
* снятие отечности;
* глубокое очищение пор;
* восстановление эластичности и упругости;
* обесцвечивание и ликвидация растяжек;
* отшелушивание омертвевших клеток и обновление покрова;
* лечение и профилактика дерматологических заболеваний;
* противострессовое воздействие на весь организм.

**Особенность применения кембрийской голубой глины** заключается в запуске процессов организма на клеточном уровне. При взаимодействии с глиной кожа выводит лишнюю жидкость с вредными токсинами, в обмен получает полезные минералы. В результате голубая глина от растяжек позволяет телу приобрести упругость, рубцы становятся светлее, контуры тела - изящнее.

## Правила применения глины от растяжек

При выборе любого метода косметических процедур помните:

* перед применением составов аккуратно проскрабируйте проблемные зоны;
* глину смешивайте с дистиллированной водой - она не содержит вредных примесей, хорошо подойдет травяной отвар из ромашки или календулы;
* не используйте металлические предметы утвари для приготовления масок, скрабов - металл снижает эффективность;
* смывайте глиняную смесь чистой теплой водой;
* для сухой кожи добавляйте эфирные масла;
* не держите состав больше рекомендованного времени ;
* после процедуры наносите питательный крем при любом типе кожи.

## Показания к применению голубой глины от растяжек

Сам состав глины не вреден для организма. В косметологии голубая глина от растяжек применяется в каждой процедуре. Будете ли вы делать их дома или в салоне, не имеет значения. Перед применением внимательно изучите показания и противопоказания.

**Рекомендуем:**

* при нарушении эндокринных функций;
* пр дефиците витаминов и сухости;
* при резком наборе (снижении) масс тела;
* в послеродовой период;
* при активном занятии спортом (силовые нагрузки);
* при первых признаках надрывов соединительных тканей (фиолетовые рубцы);
* при приеме гормональных препаратов;
* при стрессовых ситуация длительного характера;
* при наследственной предрасположенности.

## Противопоказания использования глины от растяжек

Применение процедур с использованием голубой глины имеет ряд ограничений:

* индивидуальная непереносимость отдельных компонентов маски,скраба или обертывания;
* воспалительные процессы на коже - открытые раны, гнойники, экземы;
* инфекционные заболевания (процедура может усугубить ситуацию);
* во время менструации - все процедуры имеют термоэффект, нагрев кожи может усилить кровотечение, привести к сильным болям;
* в последний триместр беременности ограничить теплые ванны с глиной и обертывания - может привести к преждевременным родам. Необходимо проконсультироваться с врачом;
* болезнь почек и печени в острой форме - перегрев усиливает болевые ощущения;
* при плохом самочувствии - повышенная температура или давление будут прогрессировать..

## Методы применения голубой глины от растяжек

Разрыв эластиновых волокон в среднем слое кожи образовывает растяжки. Светлые рубцы считаются старыми, практически не поддаются домашней терапии, ликвидируются хирургическим путем. Народными же способами можно полностью избавиться от молодых стрий, срок появления которых не превышает год. Расскажем подробнее о процедурах.

### Маска от растяжек с глиной

Метод отличает простота и экономичность. Соедините глину с водой (отваром) в равных пропорциях, нанесите на проблемные участки. Через 15 минут примите контрастный душ, нанесите питательный крем. Количество порошка и жидкой основы выбирайте самостоятельно в зависимости от площади поражения кожи.

Кроме того, можно использовать эфирные масла и специи. Голубая глина от растяжек эффективно заполняет клетки эпидермиса, осветляя растяжки, подтягивает и тонизирует кожу. Рекомендуем проводить процедуру 2-3 раза в неделю до исчезновения рубцов.

### Обертывания с голубой глиной от растяжек

В отличие от маски метод более эффективен за счет терморежима. Голубая глина от растяжек на животе, груди, других участках тела вытягивает токсины из самого глубокого слоя кожи, насыщает клетки полезными веществами, улучшает циркуляцию крови и обмен веществ. Состав для обертывания готовится как маска, по консистенции напоминает густые сливки. Нанесите смесь на рубцы, обмотайте пленкой и укутайтесь махровым полотенцем иди одеялом. Спустя 30-40 минут примите контрастный душ, нанесите увлажняющий крем. Первый результат будет заметен после 5 сеансов. Применяйте 2-3 раза в неделю.

### Крем-пиллинг глиной от растяжек

Пиллинг представляет собой скраб с вспомогательными ингредиентами: сахар, морская соль, кофейный жмых. Применение процедуры позволяет очистить кожу от омертвевших клеток, разгладить стрии и подтянуть фигуру. Приготовьте крем, соединив глину и жидкую основу, добавьте пару ложек вспомогательных компонентов. Полученную смесь нанесите на растяжки и растирайте кожу по часовой стрелке в течение 5-7 минут. Примите контрастный душ, увлажните тело лосьоном или кремом. Повторяйте 2-3 раза в неделю.

### Массаж от растяжек с голубой глиной

По сути метод является подобием пиллинга, но без применения дополнительных компонентов. Соедините глину с жидкой основой, добавьте пару капель массажного масла, нанесите на проблемные зоны. Легкими движениями растираем кожу сначала ладонью, затем легким пощипыванием. Помните, массируйте живот грудь по часовой стрелке, ягодицы - от бедер к талии. Время сеанса 15-20 минут, затем примите душ, и нанесите молочко для тела. Применяйте массаж регулярно, это улучшает тонус кожи, разгладит стрии, снимет отечность, ускорит метаболизм. Проводите процедуру 2 раза в неделю.

### Глиняные ванны против растяжек

Кроме борьбы с растяжками процедура оказывает также противовоспалительное и успокаивающее действие. Добавьте в набранную ванну 400 грамм глины, ароматизированную соль и масло в привычных пропорциях. Время воздействия не более 30 минут. Голубая глина от растяжек глубоко проникает в поры, очищает от загрязнений, осветляет рубцы на коже. Кроме того она помогает расслабиться после стрессового дня. Рекомендуем делать процедуру раз в неделю.

Применяйте каждый день что-то новое, отметьте для себя наиболее результативный способ и увеличьте количество повторений.

## Рецепты из голубой глины против растяжек

Ниже представлена лучшая подборка смесей для борьбы с растяжками. Оставшуюся массу можно применить на другие участки кожи.

### Яичная маска с глиной

**Компоненты:**

* глина кембрийская голубая - 4 ст.л.;
* отвар из ромашки - 100 мл;
* яичный желток - 1 шт.

**Что делать:**

Смешать все ингредиенты, круговыми движениями нанести на проблемные зоны, растереть до разгорева кожи. Оставить на 15-20 минут, после душа кожу увлажнить лосьоном.

### Глиняное экспресс-обертывание с ментолом (только для области живота и бедер)

**Компоненты:**

* голубая глина - 4 ст.л.;
* вода комнатной температуры - 100 мл.;
* горчичный порошок - 3 ст.л.;
* ментоловое масло - 2 капли/0,5 ч.л. ложки.

**Что делать:**

Смешать ингредиенты, втирающими движениями нанести на область живота и бедер. Закрыть пищевой пленкой и теплым пледом. Выдержать сколько можете, но не более 40 минут. Принять контрастный душ, нанести молочко на тело.

### Кофейный пиллинг с глиной от растяжек

**Компоненты:**

* глина голубая - 4 ст.л.;
* травяной отвар - 100 мл.;
* гранулы кофе молотого - 1 ст.л.;
* апельсиновое масло нагретое - 2 капли/0,5 ч.л.

**Что делать:**

Соедините глину с жидкой основой, отдельно смешайте кофе с маслом. Тщательно перемешайте до однородности. Наносите на всю площадь стрий, аккуратно растирая по часовой стрелке. Продолжайте скрабирование в течение 5-7 минут. После душа, смажьте тело питательным кремом.

### Масляный массаж с глиной

**Компоненты:**

* голубая глина - 4 ст.л.;
* вода комнатной температуры - 150 мл.;
* мед жидкий - 1 ст.л.;
* масло лаванды/оливковое масло - 3 капли/1 ч.л.

**Что делать:**

Смешайте сухую часть с водой, добавьте жидкий мед. Твердый мед, разогретый на плите, не подойдет: при взаимодействии с микроволнами его свойства теряются. Добавьте половину масла в состав, остальное разотрите в руках. Разогрейте тело, активно проведя масляными ладонями по проблемным зонам. Затем нанесите состав, продолжая массирование. Максимальное время сеанса - 30 минут. Смойте состав водой, промочите кожу полотенцем, увлажните лосьоном.

Зрительно уменьшить или ликвидировать растяжки полностью можно только при регулярном уходе за проблемными зонами. Применение всех вышеперечисленных процедур возвращает эластичность, восстанавливает синтез коллагена, нормализует обменные процессы и избавляет от вредных примесей в организме.

На этом наша статья заканчивается. Будьте всегда красивы и довольны собой. Расскажите о нашей статье друзьям, поделитесь ссылкой в социальных сетях.

## Статистика текста

количество символов б/п 8138

уникальность 100%

академическая тошнота 7,8%

максимальная тошнота по слову 3,01%