Какие народные средства помогают в избавлении от пигментных пятен.

Привет всем, кто присоединился к блогу.

Красота в 20 это дар небес, а вот после 30 это труд. Быть ухоженной можно и нужно в любом возрасте. В этом нам помогает не только современная косметология, но и бабушкины советы. Порой они безопаснее и не менее эффективны, чем новомодные косметические средства. Относится это и к **народным средствам от пигментных пятен**.

Сегодня мы ознакомимся с секретами народной медицины и рассмотрим методы устранения пигментации в домашних условиях.



***Факторы риска***

Борьба с пигментными пятнами должна начаться с установления причин гиперпигментации. Устранив причину можно переходить к уходу за проблемной кожей. За выявлением причин обратитесь к врачу дерматологу. Он назначит необходимые исследования, определит причину и даст рекомендации.

Среди причин появления пигментации основные:

* заболевания;
* солнце;
* злоупотребление солярием и пилингами;
* стресс;
* возраст.

Врач порекомендует вам пройти курс лечения, воспользоваться солнцезащитными кремами, отказаться от солярия, а агрессивные пилинги заменить гомажами. Что касается возрастных пигментных пятен то это явление **возрастное** и тут только можно посоветовать:

* наладить правильное питание, ввести в рацион продукты содержащие витамины А, В, С;
* умеренные физические нагрузки;
* пешие прогулки;
* оптимистичный взгляд на жизнь.



***Арсенал народной медицины***

Если вас пугает перечень химических элементов, эмульгаторов, различных непонятных Е или вы просто сторонница органической косметики то на помощь придут хорошо известные **народные средства от пигментных пятен**. Выбор не менее широкий, чем у известных косметических брендов. Это отвары, маски, лосьоны …

Начнем со всеми известной и любимой петрушки. Ее применение в кулинарии неоспоримо, а вот благодаря содержанию ретинола петрушку можно использовать и в косметологии как отбеливающее средство.

*Лосьон на основе петрушки*

Потребуется нашинковать 50 гр. петрушки и залить 100 гр. горячей воды. Настаивать час. Протирать утром и вечером.

*Маска из петрушки*

Залить 50 гр. петрушки горячей, кипяченой водой, настаивать в течение часа. Косметическую салфетку или чистую марлю (тонкую ткань) смочить в отваре и наложить на личико на 15-20 мин. После воспользуйтесь тепленькой водичкой и очистите лицо от остатков маски и салфетки.

Не забудем и об огурце. Наши бабушки регулярно протирали кусочками огурца лицо. Он служит как для отбеливания, так и для увлажнения. Этому способствуют калий, магний, витамины С и В в химическом составе овоща.



*Лосьон на основе огурца*

Выжать сок 2 огурцов и протирать им лицо. Можно также кусочком огурца протирать личико и шею.

*Маска на основе огурца*

Протереть на терке один огурец, добавить сок лимона (1,5 ч. л.) и 3 капли алоэ. Маску нанести на чистую кожу, по истечении 15 мин. маску смыть.

Следующий продукт, который помогает **удалить пигментные пятна в домашних условиях** это лимон. Его химический состав настолько многообразен, что лимон и его производные используются для лечения различных заболеваний. Используется он и в косметологии как смягчающее и отбеливающее средство.



*Маска из лимонной воды*

Лимон нарезать кусочками, залить кипятком. В остывший отвар добавить белок, 3 капельки глицерина все хорошо смешать. Масочку наносим на очищенную дерму на 18-25 мин. Остатки маски удалите ватным диском и умойтесь.

*Лосьон на основе лимона*

В сок 1 лимона добавить 10 ст.л. водички. Настаивать 1 час. Полученным лосьоном протирать лицо вечером.

Часто от солнечных ожогов используют сметану, кефир. Логично использовать те же продукты и для борьбы с пигментацией.

*Примочки из кефира*

Простейший способ использовать кефир это просто протереть им лицо. По истечении 15-25 мин. смыть остатки с лица и воспользоваться своим обычным кремом.

*Масочка на основе кефира*

К 50 мл. кефира добавить один желток, ст. л сока лимона, тщательно все смешать. Наноситься на чистую дерму. Через 10-20 мин. смыть водой температура, которой 20-25◦.

*Маска на основе молока*

В блендер отправить банан, 50 мл. молока и ч.л. меда. Смесь из блендера наносим на личико. После высыхания смываем водой.

Хочется упомянуть о рецептах восточных красавиц. Так в Китае процветает культ белоснежной кожи и белолицых красоток.



*Китайская отбеливающая маска*

В равных пропорциях берется измельченный дудник, солодка, миндаль, зеленый горошек и масло сандалового дерева. Все тщательно смешиваем с водой, добавляем белок, ч.л. меда, 50 мл молочка. Полученную массу массажными движениями накладывают на лицо, после высыхания умываются теплой водичкой.

Арабские красавицы тоже мечтают о белоснежной коже. Для этого они используют лимон для протирания лица и маски на основе куркумы.



*Маска из куркумы*

В стеклянную посуду кладем муку (3 ст.л.), куркуму (3-4 гр.), наливаем розовую воду (3 ст.л.), молоко (3 ст.л.). На лицо данную маску наносят минут на 20. Удаляют остатки маски водой.

Мы видим, что вопрос **как избавиться** от **пигментных пятен** и отбелить лицо, актуален у женщин вне зависимости от национальности и религии. Быть красивой хочется всем и всегда.

Выбирать вам, то самое эффективное народное средство подходящее именно вашей коже.

Помните что перемены не происходят молниеносно, а придется запастись терпением, но результат того стоит!

Делитесь своими рецептами, кому то он обязательно помогут. Может быть, даже и красавице с Востока.

Подписывайтесь на блог, с нами интересно!