# Как убрать мешки под глазами в домашних условиях?

Мешки под глазами – это проблема, которая не связана с возрастом и может появиться по разным причинам. Чаще всего они являются последствием неправильного ухода за кожей лица или бессонной ночи. Многие ошибочно считают, что использование тонального крема или пудры помогут решить данную проблему, но это отнюдь не выход. Чтобы понять, как убрать мешки под глазами, предлагаем ознакомиться с самыми популярными способами, которые уже длительное время используются женщинами.

## Использование холода

Все самое необходимое, чем можно убрать мешки под глазами, находится под рукой. Главное понимать, как это все правильно использовать.

1. Лед. Кубики замороженной воды – это, пожалуй, самый распространенный способ, который используется для того, чтобы убрать мешки под глазами. Лучше в холодильнике всегда хранить для таких случаев лед, в воду рекомендуется добавить ромашку или мяту, и отварить травы. Продолжительность процедуры составляет несколько минут, только лед предварительно заверните в марлю или тонкую ткань.
2. Холодная вода. Если мешки под глазами – это частая проблема, то лучше умываться несколько раз в день холодной водой. Улучшить эффект можно комплексом процедур из умываний и компрессов изо льда.
3. Холодная ложка. Еще одним эффективным способом является прикладывание холодной ложки. Этот способ отлично подходит, как для устранения мешков под глазами, так и синяков, шишек и ссадин.

## Экспресс помощь

С тем учетом, что иногда попросту нет времени долго ждать, пока мешки уйдут, приходится прибегать к кардинальным мерам. Особенно, если вот-вот состоится важная встреча и в этот момент нужно выглядеть идеально. Есть ряд мероприятий, которые позволят быстро вернуть кожу в тонус.

* эффективным способом считается сауна, баня или хотя бы горячий душ;
* моментальным действием обладают пакетики чая, совершенно не играет роли какого именно, главное, без добавок и ароматизаторов;
* использование таких овощей, как тыква, баклажан, картофель, огурец и кабачок поможет устранить проблему;
* кстати, прикладывание холодного также дает быстрый эффект, поэтому запаситесь терпением и заготовьте лед не только с отваром ромашки и мяты, но и добавлением витаминов, масел и других полезных трав.

## Профилактические мероприятия

Чтобы не допускать появления мешков под глазами, нужно не дожидаться моментов, когда они уже видны. Достаточно определенных мероприятий, которые помогут не только предотвратить появление данной проблемы, но и сохранить свежесть и молодость кожи надолго.

* Нужно спать, на сон отводится 8 часов в день. Кстати дневной сон не такой полезный, поэтому специалисты рекомендуют ложиться до 23:00.
* Каждый вечер нужно делать массаж лица, причем нужно использовать масло гранатовое, рисовое, пшеничное или виноградное, а также его можно заменить гелем-концентратом с вытяжками из пиявок, ламинарий или улиток.
* Использование льда рекомендуется также и в профилактических целях, так кожа будет всегда выглядеть свежей и упругой.
* Перед тем как нанести макияж, и после того, как он был снят, кожу нужно увлажнять и питать мазями, кремами, эмульсиями или другими средствами с подобным действием.

Все средства, которые можно приобрести, не имеют той силы действия, как использованные в домашних условиях народные средства. Но, чтобы они были максимально эффективны, их нужно применять регулярно, а если речь идет о свежих овощах, то не давайте им сильно залеживаться, лучше использовать свежие, в них больше полезных веществ.