



У зимову пору року ми частіше звичайного стикаємося з проблемою шкіри, що обвітрилася і лущиться. Більш схильною до дії морозу виявляється шкіра обличчя і рук, саме ці ділянки менш захищені від морозу і вітру.

У відмінності від шкіри обличчя шкіра рук містить менше сальних залоз, в епідермісі рук круглий рік міститься небагато рідини, а взимку ситуація загострюється і руки стають вкрай зневодненими. І якщо на догляд за шкірою обличчя ми періодично відводимо час, то руки в кращому разі змащуємо живильним або зволожуючим кремом.

Адже крім цього вельми приємно і корисно побалувати себе живильними масками, у тому числі і для рук.

Вівсяно-медова. Змішайте 3 столові ложки вівсяної муки, 1 столову ложку оливкового масла, 1 столову ложку молока, 1 чайну ложку меду. Нанесіть масу на руки, витримайте одну годину, для кращого ефекту рекомендується надіти рукавички.

Масляно-жовткова. Змішати 1 жовток, 1 столову ложку рослинного масла, 1 чайну ложку меду. Втерти в руки на 15-20 хв. Змити водою, нанести на руки живильний крем.

Масляно-цукрова. З'єднайте 1 чайну ложку цукру і 2 чайних ложки рослинного масла. Втирайте цю суміш в шкіру протягом 5-6 хвилин, загальний час перебування маски на шкірі повинен наблизитися до 10 хвилин, потім змийте теплою водою без мила і витріть досуха.

Медово-жовткова. Змішайте 15 грам бджолиного меду, 25 грам мигдалевого або оливкового масла, ячний жовток і декілька крапель соку лимона. Змастіть сумішшю руки, що вийшла, і надіньте бавовняні рукавички. Краще всього робити цю маску на ніч, після маски змийте теплою водою.

Картопляна. Зварити в мундирі 2-3 картоплини, розтерти їх з молоком. Нанести кашку на руки або помістити руки в масу до охолодження, а після змити водою. Підсилити ефект можна, нанісши на руки живильний крем.

Хлібна. Розмочіть в теплом молоці білий хлібний м'якиш і нанесіть масу, що вийшла, на руки. Змийте через 15-20 хвилин.

Крім періодичного нанесення живильних масок на шкіру рук, зверніть увагу на поради відносно загального догляду за руками. З настанням холодів почніть використовувати

рідке мило із вмістом гліцерину. Користуйтеся кремом для рук три рази на день, а сам крем підберіть відповідно до типу шкіри. Крем на основі ромашки відмінно підійде для подразненої шкіри, суху шкіру зволожить крем із вмістом екстракту алое, а позбавитися шорсткості допоможе лецитиновий крем. Коли наносите крем на ніч, дієвішим буде його ефект, у разі нанесення на розпарену шкіру рук, що можливо після теплої ванни з додаванням соди.