

В тёплое время года главная наша задача – качественно очищать кожу, хорошо её увлажнять и защищать от солнечных лучей.



Перемены к лучшему: летний уход за кожей



Очищаем

Идеальный вариант – мягкие, хорошо пенящиеся средства (гели, пенки). Они должны справляться со своей главной функцией: тщательно очищать кожу, устранять избыток кожного сала. Замечательно, если в составе этих средств будут успокаивающие компоненты: аллантоин, экстракт календулы/ромашки.

Увлажняем

Увлажняющие кремы должны иметь лёгкую текстуру, не содержать масляных компонентов, улучшать защитные функции кожи. В составе кремов могут быть глицерин, гиалуроновая кислота, керамиды, растительные экстракты.



Тонизируем

Летом не пренебрегай тоником для лица (выбирай его по типу кожи). Он успокоит воспалённую кожу, сузит поры, обеспечит глубокое увлажнение, поможет восстановить нормальный водный баланс.

Для жирной кожи

Для удаления жирного блеска используй специальные матирующие салфетки. Хороший эффект могут дать и маски на основе зелёной или белой глины. Правда, делать их стоит не чаще 2 раз в неделю – чтобы не пересушить кожу.

Арсенал летних средств:

- средство для умывания, очищения (в виде пенки или геля);
- увлажняющее средство;
- солнцезащитный крем (SPF 25-30), для пляжа – SPF 50.

Ещё больше советов от Лилии Дышлевой ты найдёшь на её страничке в ВК:
<https://vk.com/dr.dishlevaya>