

Як правильно доглядати за віями, бровами і губами

Архітектура брів, татуаж губ, нарощування і закручування вій... Чого тільки не пропонує жінкам сучасна б'юті-індустрія! І це прекрасно, якщо пам'ятати про головне — красивими можуть бути тільки здорові брови, вії і губи. На цьому наголошує Аліна Циснецька, канд. мед. наук, завідувач кафедри внутрішньої медицини № 2 ТзОВ «Львівський медичний інститут», лікар-дерматовенеролог вищої кваліфікаційної категорії, член УАЛДВК



НЕЯКІСНА ТУШ НЕБЕЗПЕЧНА

Вії (волосинки, що розташовані на краях повік) захищають очі від потрапляння сторонніх часточок, відтіняють їх, прикрашаючи обличчя людини. Волосинки вій розташовані у декілька рядів: на верхніх повіках у 3–4 ряди, на нижніх — в 1–2, через що згори вони густіші, а також довші. Середня тривалість життя однієї війки становить 150–200 днів. Потім вона відпадає, а на її місці з'являється нова.

Якщо повіки часто запалюються, виникає ячмінь чи прояви інших захворювань, то ріст вій порушується, вони стають тоншими, ламаються і випадають. До слова, спровокувати це може і неякісна туш для вій.

Догляд за віями полягає в обмиванні очей та змащуванні кінчиків вій живильними оліями з вітамінами. Промивати очі, а особливо кутики очей, потрібно щодня. Змащування кінчиків вій жирними сумішами сприяє поліпшенню росту війчастих волосинок і захищає їх від сонячних променів.

Рекомендовано змащувати кінчики вій сумішшю вазеліну і рицинової олії в рівних частинах або сумішшю із 4 частин рицинової олії і 10 частин вазеліну. Перед косметичними процедурами (парова ванна, масаж, парафінові маски, скраб) необхідно ретельно очищувати вії від туші. Спонжем, змоченим у спеціальному засобі для зняття макіяжу, ретельно і делікатно усувають косметику з вій від корінців до кінчиків і зі шкіри навколо очей. Зазвичай такі косметичні продукти збагачені мікроелементами, зволожувачами, антисептичними речовинами, екстрактами ромашки та інших лікарських рослин.

Догляд за віями рекомендують не тільки косметологи, але й лікарі-офтальмологи.

ХВОРА ЩИТОПОДІБНА ЗАЛОЗА — РІДЕНЬКІ БРОВИ

Брови відіграють важливу фізіологічну роль: вони прикрашають обличчя, підкреслюють виразність очей, захищають очі від пилу. Волосся брів коротке, воно росте значно повільніше, ніж на голові. У жінок волосся брів тонше, аніж у чоловіків.

При порушенні діяльності щитоподібної залози волосся брів рідшає і навіть випадає. Аналогічну картину спостерігають у похилому віці, коли припиняється діяльність статевих залоз і волосся брів сивіє. Разом з тим на ріст брів негативно впливає дія сонячних променів, під впливом якого брови висушуються і блякнуть.

Волосся брів необхідно регулярно змащувати кремом або олією, які їх зміцнюють і сприяють їхньому росту. Зокрема, ефективною

буде така суміш: 5 г рицинової олії, 10 г — персикової, соняшникової або іншої рослинної олії, 1–2 краплі камфорної олії. Або: по 5 г — вазелін, бджолиний віск і рицинова олія.

Такими сумішами корисно змащувати брови після фарбування. Добрий ефект також дають теплі олійні компреси. Для цього ватні тампони просякають злегка підігрітою олією і накладають на брови на 10–15 хв.

Для досягнення ідеальної форми брів їх можна вищипувати, що роблять по нижньому краю брови. Чим вище розташована лінія брів, тим виразнішими вони здаються. Однак коли брови надто густі, багато волосся вищипувати не варто, оскільки це може змінити вираз обличчя в цілому.

ПРОТИ ЗМОРШОК НА ГУБАХ — МАСАЖ

Округлість рота — це верхня і нижня губи, які мають однакову будову. Товстішою губа робиться за рахунок багаточисельних м'язів. Внутрішній бік губи вкритий слизовою оболонкою, яка переходить у шкіру на зовнішній поверхні.

Слину, яка накопичується у кутиках рота, необхідно витирати чистою хустинкою. Витирання губ руками травмує слизову оболонку і може спричинити появу запальних процесів. Не можна постійно облизувати губи, травмувати їх гарячою чи гострою їжею, особливо за наявності схильності до лущення.

Якісна помада також захищає ніжну шкіру губ від пересихання, обвітрювання, шкідливої дії ультрафіолетових променів. Тому навіть якщо ви не користуєтеся декоративною помадою, гігієнічна завжди має бути під рукою.

Зморшок на губах можна позбутися з допомогою регулярного масажу і нанесення живильних масок.

Маленькі ранки на губах загоєє мазь, яку можна приготувати самотужки: борної кислоти — 2 г, ланоліну — 8 г, вазеліну — 10 г. Однак якщо такий засіб не допомагає впродовж кількох днів, треба звернутися до лікаря-дерматолога.

Живити губи можна і зсередини — додайте до раціону продукти, багаті на вітаміни групи В. Негативно на стан губ впливає дефіцит вітамінів А, С та Е, мінеральних речовин — заліза і цинку. Важливо також вживати достатню кількість рідини, оскільки зневоднення швидко позначається на слизовій оболонці губ.

Краса — це здоров'я!