



льти-
колога,
ога
ога, что-
наличие
И скон-
усилия
равильном
коде — мощ-
ном оружии
в борьбе
за чистую
кожу.

ОСНОВНОЙ СОСТАВ

ую кожу, как
и кожу любого другого
типа, нужно очищать
два раза в день мягки-
ми пенками, гелями или
муссами. Только в ва-
шем случае в их соста-
ве обязательно должны
быть антибактериальные
компоненты. «Ищите
на этикетках цинк, про-
тивовоспалительные
растительные экстрак-
ты (календула, шалфей,
алоэ) и АНА-кислоты
(яблочная, молочная,
гликолевая, цитрусо-
вая), — рекомендует
Марина Каманина, дер-
матолог Garnier. — Они
очищают поры и регули-
руют выработку кожно-
го жира». И мойтесь

только водой комнат-
ной температуры: горя-
чая стимулирует актив-
ность сальных желез.
А для ежедневного ухода
выбирайте кремы с ар-
бутином, азелаиновой,
койевой и салициловой
кислотой: они выравни-
вают тон кожи и облада-
ют легким отшелушиваю-
щим действием. Правда,
они могут вызвать легкое
покраснение и сухость.
Чтобы избежать такой
реакции, в течение пер-
вых недель используйте
их через день.

ГЕНЕРАЛЬНАЯ УБОРКА

В жирной и проблем-
ной коже процессы
естественного отшелу-
шивания замедлены,
поэтому слой отмерших
клеток на ней толще, чем
нужно. Но не спешите
хвататься за скраб.
«Гранулы и абразив-
ные микрочастицы
царапают кожу, спо-
собствуют рас-
пространению
инфекции
и усилива-
ют воспа-
ление», —
предупреж-
дает Наталья
Родина, врач-
косметолог
московско-
го салона
«Белый сад». →

1. Крем с гликолевой и салициловой кислотой Normaderm Global, 50 мл, 800 руб., Vichy.
2. БАД с витамином С и цинком «Сияние свежести», 1800 руб. за 60 капсул, Imedeen®.
3. Сыворотка для сужения пор Skin Targetters, 2240 руб., Givenchy.
4. Сыворотка с молочной и салициловой кислотой, 5000 руб., UltraCeuticals.
5. Гель-скраб с микрогранулами Clean Deeper, 140 руб., Nivea.
6. Гель для умывания с экстрактом водорослей Sparkling Clean Oil-Control Foaming Gel Cleanser, 1260 руб., Estée Lauder.

1. Консилер с экстрактом белого чая Light Touch, 400 руб., IsaDora.
2. Минеральная пудра с SPF 15, Bisque, 3295 руб. за косметический набор, Sheer Cover.
3. Корректирующий карандаш Glide Concealer, 046, 990 руб., Rouge Bunny Rouge.
4. Матирующий тональный крем Oil-Free, 1400 руб., Clinique.
5. Корректор-антисептик с маслом чайного дерева Zap & Hide, 1220 руб., Jane Iredale.

и йод, вызывают появле-
ние прыщей. Правильно
ли питаетесь? Угри часто
возникают из-за наруше-
ний в работе пищева-
рительной системы. Устра-
ните или минимизируйте
каждую из описанных
выше предпосылок

КРЕМЫ С АНА-КИСЛОТАМИ НЕ ТОЛЬКО УСТРАНЯЮТ ПРЫЩИ, НО И ПРЕДОТВРАЩАЮТ ПОЯВЛЕНИЕ МОРЩИН.

ТОЛЬКО НЕ НАДО НА МЕНЯ ДАВИТЬ

Помните: выдавливая прыщички, вы рискуете занести инфекцию и получить шрам. «Лучше приложите к воспаленному участку на пять минут завернутый в тканевую салфетку лед: холод снимет припухлость и красноту. Затем нанесите любое антисептическое средство с азела-

иновой кислотой, например, базерон или скинорен. Так вы избежите механического повреждения поры и распространения инфекции, а значит, и новых высыпаний», — советует Наталья Родина, врач-косметолог московского центра здоровья и красоты «Белый сад».

