Автор: Administrator
15.07.2008 14:50 -



Как и в любом деле, касающемся внешности, прежде всего нужен психологический настрой. Конечно, вряд ли мы сейчас, одним махом, так сказать, сможем убедить вас в том, что веснушки - это одно из самых больших достоинств, верный способ привлечь внимание мужчин и т.д. и т.п. Если уж вы считаете веснушки и пигментные пятна проблемой своей внешности, то переубедить вас в этом будет непросто.

Хотя попытка - не пытка. Вы уже не раз читали и слышали от, так сказать, очевидцев, что веснушки - это не какое-то уродство или дефект внешности, который нужно всеми мыслимыми и немыслимыми способами стараться ликвидировать.

Во-первых, веснушки придают лицу особую прелесть - это как бы кусочки весны на вашем лице. К тому же, веснушчатое лицо всегда смотрится более молодым, задорным, чем обычное лицо с одноцветной кожей.

Во-вторых, если ваше лицо постоянно имеет на себе какое-то количество веснушек, независимо от времени года, климата и т. д., то, в конце концов, к этому лучше привыкнуть и не пытаться что-то менять. Представьте, что у вас нос, форма которого вас не устраивает, - вы же не будете думать об этом денно и нощно, копя деньги на операцию. То же относится и к веснушкам - это такая же черта вашей внешности, как и любая другая.

Другое дело, когда веснушки у вас - явление "сезонное", то есть когда они появляются па вашем лице только весной, меняя привычную внешность, по вашему мнению, в худшую сторону. Вам кажется, что все, увидев вас, первым делом замечают именно появление веснушек, смеются и показывают пальцем.

Но опять же приведем вам разумный довод ~ может быть, не стоит так расстраиваться из-за каких-то двух месяцев неприятностей? Ведь вы прекрасно понимаете, что как только лето "возьмет свое", веснушки исчезнут пли станут просто незаметны под потемневшей от загара кожей.

Сложнее дело обстоит с пигментными пятнами - они не исчезают со временем, а скорее, наоборот, проявляются все заметнее. Чаще пигментные пятна появляются на коже пожилых людей (такие пигментные пятна называют старческими веснушками), причем не только на лице, но на руках, спине, плечах, груди...

Однако может так произойти, что пигментные пятна появляются и на молодой коже, а виной тому - солнце. Обычно такое случается со светлой кожей - смуглые люди защищены от этой неприятности. Лучший способ избежать появления пигментных пятен - остерегаться яркого солнца. В том случае, если вы - любительница загорать до тех пор, пока ваше тело не покроется бронзовым загаром, помните, что все же не стоит этим злоупотреблять.

Постарайтесь всегда, загорая на пляже, иметь под рукой какую-нибудь ткань (или в крайнем случае газету), которой можно прикрыть "опасные" участки кожи - плечи, грудь, верхнюю часть спины и, конечно же, лицо. Поверьте, что не особенно сильный загар пережить гораздо легче, чем появление пигментных пятен на самых видных местах тела, ведь они остаются на всю жизнь.

Возникновение пигментных пятен может быть связано с явлением гиперпигментации. Это серьезное заболевание кожи, выраженное в избыточном содержании пигмента в коже. Причины гипериигментации гораздо более серьезны, чем просто последствия солнечного воздействия или старение кожи: они могут крыться в эндокринных нарушениях, в нарушениях витаминного баланса в организме или нарушениях обмена веществ.

Как вы, наверное, знаете, пигментация усиливается и в период беременности. В этом случае делать ничего не нужно, потому что в большинстве случаев после окончания беременности, пигментация снова приобретает нормальный вид, кожа белеет.

В некоторых случаях пигментные пятна появляются после приема определенных лекарств, содержащих пигмент в своем составе. Рекомендация в таком случае может быть только одна - перестать принимать это лекарство, заменив его другим. А если это невозможно, то нужно дождаться окончания приема препарата, и постепенно пигментация снова войдет в нормальное русло.

При гиперпигмептаци нужно принимать препараты, содержащие витамин С, а также другие вещества, которые назначает врач. Для того чтобы пигментные пятна не были слишком заметны, можно использовать одно из самых эффективных средств - различные отбеливающие кремы.

Покупая какой-нибудь крем (и не только отбеливающий), убедитесь, что он действительно хорошего качества, а не подделка, иначе результаты применения такого крема будут как раз обратными тем, которых вы ожидаете.

1. Нанесите немного отбеливающего крема на поверхность кожи и легкими движениями разотрите, чтобы он был наложен равномерным слоем. Через 10-20 минут сотрите крем мягкой салфеткой или ваткой.

Не расстраивайтесь, если результатов отбеливания кожи не будет заметно сразу - для этого нужно время и, самое главное, терпение. Пользуйтесь кремом несколько раз с определенной периодичностью. Оптимальный вариант применения отбеливающих кремов - 3 раза в неделю.

2. Кроме кремов, можно использовать для отбеливания морковный сок. Для этого потереть небольшое количество моркови на крупной терке, немного отжать, чтобы выделился сок. Его нужно процедить и затем смазывать кожу, на которой имеются веснушки или пигментные пятна. После того как вы смазали свою кожу, подождите некоторое время - 20-30 минут, а йотом осторожно смойте морковный сок с кожи. Снова хотим предупредить вас о том, что после первого раза заметных результатов вы не обнаружите. Процедуру нужно повторять несколько раз, пока веснушки или пигментные пятна не станут менее заметны или не исчезнут совсем.

3. Еще одно средство против веснушек и пигментных пятен - сок лимона. Его можно

отжимать из плодов или просто натирать кожу отрезанной долькой. Если вы будете использовать второй способ, то при натирании нужно с небольшим усилием нажимать на лимон, чтобы сок выделялся в достаточном количестве.

4. Один из самых известных способов отбеливания кожи - использование огурца. Надо срезать кожуру таким образом, чтобы она была в виде небольших кусочков. Эти кусочки приложите на некоторое время (строгих ограничений нет - чем дольше, тем лучше) на те участки кожи, где есть веснушки или пигментные пятна. Процедуру нужно повторять несколько раз до появления заметных результатов.

5. Огурец можно использовать и таким образом: отжать свежий сок и ватным тампоном нанести его на кожу с веснушками или пятнами. Это можно делать достаточно часто: 2-3 раза в день.

6. Следующий рецепт, который мы хотели бы вам дать. Чтобы избавиться от веснушек или пигментных пятен, нужны такие продукты: 0,5- 1 ст. л. уксуса, 2 ч. л. сока лимона и 1 ст. л. воды.

Все перечисленные ингредиенты нужно смешать и нанести на кожу, предварительно вымыв ее. Смесь на лице или других участках кожи должна оставаться в течение 8-10 часов, поэтому лучше таким способом отбеливать лицо перед сном, чтобы маска оставалась на коже всю ночь. Потом нужно тщательно вымыть лицо.

7. Для отбеливания очень полезен отвар из одуванчиков. Нужно взять 50 г листьев и цветков, положить в воду (200-250 мл) и довести до кипения. Остудите готовый отвар и процедите его. Каждое утро и вечер этим отваром нужно промывать лицо я волнующие вас участки кожи.

8. Для отбеливания кожи протирайте проблемные участки свежей луковицей, однако старайтесь поменьше применять такой способ отбеливания лица, т. к. лук, как известно, обладает очень резким запахом и вызывает слезотечение.

9. Эту отбеливающую маску готовят из черной смородины, бузины, щавеля - потребуются листья и плоды этих растений. Все хорошо перемешайте до появления сока, затем добавьте кефира или сметаны в такой пропорции: 1 ст. л. смеси из зелени и ягод на 1 ч. л. кефира (сметаны) - и наложите на кожу. Через 15 минут смойте маску теплой водой.

10. 150 г меда нужно смешать с соком одного лимона. Применяйте этот рецепт примерно за полчаса перед каждым утренним умыванием - положите немного смеси на проблемные участки кожи: грудь, лицо, плечи и руки.

11. Для этой маски потребуется одно яйцо, один свежий лимон и вода: отделите белок от желтка, смешайте с соком одного лимона и добавьте 0,5 ст. кипяченой воды.

12. Приготовьте любые ягоды: клубнику, вишню, смородину - отожмите из них сок; отделите белок от желтка, взбейте белок до состояния пены и потом добавляйте понемногу в полученную иену сок ягод. Маску нужно накладывать сразу после приготовления, т. к. она не стоит долго.

Вы можете делать различные маски для отбеливания. При их приготовлении используйте пергидроль (3%-иый раствор перекиси водорода), ягоды с большим содержанием витамина С, лимонный сок, белок куриного яйца.

Ну вот, теперь вы во всеоружии перед веснушками и пигментными пятнами. И все же еще раз хотим вам сказать, что все это не так страшно, чтобы думать об этом очень много. Приглядитесь к себе повнимательнее - и вы поймете, что поводов для комплексов и расстройств нет! Но есть то, что все-таки доставляет вам массу переживаний, - это морщинки.