

Сегодня крайне популярны в салонах красоты процедуры криомассаж и криосауна. В основе этих процедур лежит воздействие низких температур на кожу. Прекрасно подобные процедуры подходят для кожи лица, они же и являются наиболее востребованными.



Применение холода устраняет воспаления на коже, нормализует работу желез, тонизирует сосуды, разглаживает морщинки и подтягивает кожу. Увы, подобные процедуры стоят недешево и к тому же, не каждый может себе позволить такое удовольствие как салон красоты.

Тем более что такую процедуру можно с легкостью выполнять дома. Для этого необходимо приготовить лечебный лед и выработать привычку каждый день протирать им лицо. Ведь любая процедура имеет эффект только тогда, когда ее делают регулярно.

Как пользоваться льдом?

Кубиком необходимо протирать кожу лица, шеи и область декольте. Контакт льда с кожей должен быть не продолжительным, кубик должен легко скользить по коже круговыми движениями. Для чувствительной кожи кубик необходимо завернуть в марлю или тонкую материю.

После процедуры кожу не нужно вытирать, влага должна сама впитаться и обогатить клетки необходимыми веществами. Такую процедуру нельзя проводить людям, с проблемной кожей, расширенными сосудами. Приготовление косметического льда в домашних условиях это прекрасный способ сделать полезную процедуру с применением натуральных компонентов.

Для приготовления льда следует использовать очищенную воды, минеральная негазированная вода. Также можно и нужно использовать свежие ягоды, фрукты, травы, овощи и прочее. Нормальная кожа. Такому типу подойдут отвары из мяты, укропа, фиалки, шалфея, зверобоя, валерианы, подорожника.

Можно измельчить в блендере смородину, клубнику или рябину, добавить несколько капель оливкового масла и заморозить «крем». Сухая кожа. Сухая кожа будет выглядеть лучше, если ее увлажнять льдом из отваров ромашки, подорожника, цветков липы, тысячелистника.

Прекрасно подойдет лед из настоев боярышника и рябины. Жирная кожа. Для такого типа кожи лучше всего подойдет отвар из календулы, ромашки, листьев березы, пиона, хвоща, цикория. Перед тем как замораживать такие отвары в них можно добавить огуречного и лимонного сока.

Для кожи с угревой сыпью следует применять соленый лед. Также очень полезен для жирной кожи лед из крепкого настоя чая с добавлением яблочного уксуса и лимонного сока. Следует помнить, что эффект от данных процедур напрямую зависит от качества воды и свежести льда. Лед можно хранить в морозильной камере не дольше недели, а кубики из сока фруктов и ягод не дольше трех дней.