

Вместе с периодической, ежедневной чисткой кожи лица посредством использования косметики, нужно еще делать раз в неделю серьезную очистку кожи лица. Еще данная процедура называется глубокой очисткой кожи. Данную процедуру можно делать как дома самостоятельно, так и в косметологическом учреждении. К помощи прибегнуть не лишне, поскольку самостоятельно трудно выдавливать угри, да и кожу при этом можно легко травмировать.



Советуем также регулярно смотреть онлайн каталог Орифлейм, [где](#) можно найти много полезного для ухода за кожей лица. Каталоги Орифлейм для России и Украины выходят один раз в 3 недели. Оформите подписку и всегда вовремя получайте свежие каталоги. Тогда вы будете в курсе всех скидок на аксессуары и косметику.

Ключевой процедурой в процессе глубокой очистки кожи стало использование паровой ванны. Если у вас жирная кожа, то глубокая очистка лица проводится раз в 2 недели, ведь выдавливание угрей может сильно активизировать работу сальных желез. Сухую кожу этим методом нужно делать не чаще 1 раза в месяц. Продолжительность паровых ванн в этом случае должна быть не больше двух-трех минут. Если на коже имеются расширенные сосуды, то такие ванны вообще делать не надо. В этом случае смягчение кожи достигается использованием компрессов.

Каково действие паровой ванны на кожу лица? Действие пара заключается в смягчении кожи и улучшении кровообращения. Пар усиливает секрецию и потоотделение, а также способствует расширению пор. Если в воду добавить лечебные растения, то пар оказывает дезинфицирующее и лечебное воздействие. После того, как вы приняли паровую ванну, выдавливать угри будет значительно легче. Маски-обертывания и массаж после паровой ванны будут значительно эффективнее.

Как самостоятельно сделать глубокую очистку кожи? Очистите кожу при помощи очищающего крема или туалетного молочка. В ковшик насыпьте горсть шалфея или ромашки, а потом залейте их литром кипятка. Лицо подержите над этим паром от посуды. Нужно закрывать голову полотенцем, чтобы избежать утечки пара. Паровая ванна длится в зависимости от типа кожи. Жирная кожа – это около десяти минут, смешанная кожа – пять минут, сухая – две – три минуты. После принятия ванны просушите лицо и приступайте к выдавливанию угрей.

По окончании данной процедуры шею и лицо сполосните прохладной водой. После паровой ванны лицо должно отдохнуть минут двадцать. Полезно также сделать маску на лицо. Это может быть маска-обертывание. Можно также нанести на кожу питательный крем кончиками пальцев.