Автор: admin
25.05.2012 12:03 -

Как сделать маски и кремы своими руками?

Кризис кризисом, но цены в косметических магазинах нынче растут с космической скоростью. При этом выбор складывается крайне небогатый – поддержать отечественного производителя и, рискнув здоровьем, взять недорогой тюбик увлажняющего крема или выбрать омолаживающую маску с неприличной ценой, переплатив за известный бренд.
Между тем, наши бабушки и мамы превосходно ухаживали за кожей и без масла жожоба с коэнзимами, так чем мы хуже? Самодельные маски и кремы доступны каждой хозяйке, а пользы от них, пожалуй, даже больше, чем от магазинных.

В середине 18 века в Англии всех женщин, пользовавшихся косметическими средствами, считали колдуньями.

Для начала нужно усвоить несколько важных правил:
– наносить крем или маску нужно только на очищенную кожу;
– накладывать их на лицо нужно легкими движениями, не втирая;
– готовить косметику нужно прямо перед использованием, хранить ее нельзя;
– время действия масок для лица – 15-20 минут;
– применять их нужно 2-3 раза в неделю.
Важно также помнить о том, что те овощи или фрукты, которые при употреблении в пищу вызывают у вас аллергию, нельзя использовать и в косметических целях.
Лучше всего наносить маски после бани или паровой сауны для лица.

В России моду на увлечение натуральными масками ввела Екатерина Великая, которая по утрам втирала в лицо и область декольте яблочное пюре.

Питание и увлажнение для жирной кожи

1. Смешайте белок яйца, чайную ложку меда и половину чайной ложки оливкового масла до однородной консистенции. Затем добавьте овсяную муку (можно помолоть в кофеварке овсяные хлопья) до получения однородной кашицы.
Маска отлично восстанавливает кожу.

2. Очистите помидор от кожицы, разомните вилкой до получения однородной массы, и нанесите полученную смесь на 25 минут.

Помидоры сужает кожу, наполняя ее полезными микроэлементами.

3. Сварите полчашки горошин (горох должен быть свежим, консервированный не подойдет) до мягкого состояния, разотрите и добавьте 2 чайные ложки сливок.
Эта маска разглаживает и освежает кожу, придает ей матовость.

4. Смешайте чайную ложку меда, ложку крахмала, ложку теплого молока и половину ложки мелкой соли. Наносите полученную смесь ватным тампоном и держите в течение 25 минут. Смывайте сначала теплой водой, а затем холодной.
Маска разглаживает и немного осветляет кожу, сужает поры.

Питание и увлажнение для сухой кожи

1. Смешайте столовую ложку мелко нарезанного укропа с чайной ложкой оливкового масла и добавьте овсяной муки (можно помолоть в кофеварке овсяные хлопья) до получения однородной густой смеси.
Такая маска освежает кожу и разглаживает морщины.

2. Очистите среднее яблоко от кожуры и зерен, нарежьте на дольки и кипятите в течении 3 минут вместе с половиной стакана молока. Затем разомните яблоко толкушкой, дайте смеси остыть и нанесите на кожу.
Яблоко наполнит кожу полезными веществами, а молоко смягчит ее.

3. Смешайте яичный желток с чайной ложкой меда и половиной чайной ложки сока грейпфрута.
Грейпфрут освежит кожу, а мед сделает ее более нежной.

4. Нагрейте 2 столовые ложки подсолнечного или кукурузного масла вместе со столовой ложкой сливок. Дайте смеси остыть и нанесите ватным тампоном на 10 минут.
Такая маска рекомендуется при очень сухой коже, склонной к шелушению.

Питание и увлажнение для чувствительной кожи

1. Залейте столовую ложку овсяных хлопьев тремя столовыми ложками теплого молока или сливок. Подождите, пока хлопья разбухнут, и нанесите полученную смесь на лицо и шею.

Маска не только увлажнит кожу, но и очистит ее.

2. Почистите и натрите небольшую морковку на мелкой терке, затем смешайте с яичным белком, добавьте чайную ложку оливкового масла и щепотку крахмала.
Морковь очень богата витамином А, который смягчает и омолаживает кожу.

3. Спелый персик очистите от кожицы, нарежьте дольками и разомните до однородной кашицы, затем добавьте столовую ложку крепко заваренного отвара ромашки (сушеную смесь можно купить в аптеке).
Персик увлажнит кожу и наполнит ее полезными веществами.

4. Небольшой ломоть свежей тыквы очистите от кожуры, нарежьте дольками и варите до мягкого состояния (20-25 минут). Затем разомните тыкву вилкой или толкушкой и в полученную смесь добавьте оливковое масло в соотношении 2:1.
Такая маска не только увлажняет кожу, но и отлично снимает отеки.

Омолаживающий эффект

1. Очистите абрикосы от кожицы, разомните вилкой до получения однородной массы и добавьте кислого молока, чтобы полученная смесь напоминала сметану.
Абрикосы питают воспаленную кожу, поэтому такая маска ускоряет обменные процессы в коже и вызывает обновление клеток.

2. Для сухой или нормальной кожи – натрите кабачок и отожмите полученную мякоть. Затем смешайте чайную ложку сока с растертым желтком и нанесите на кожу.
Для жирной кожи – смешайте натертую мякоть кабачка со столовой ложкой запаренной овсянки, держите на коже 15 минут и смывайте некипяченым молоком.
Маски из кабачков стимулируют обменные процессы в коже, поэтому рекомендуются для предупреждения морщин.

3. Смешайте сок малины (100 гр) и добавьте две столовые ложки сухого молока.
Держать на коже не больше 15 минут.
Малина снижает сальность кожи, стягивает поры и задерживает старение.

4. Разомните вилкой банан и добавьте чайную ложку молока, тщательно перемешайте и наносите на кожу.
Банановая маска отлично питает и подтягивает кожу. Действует очень эффективно, результат можно увидеть уже через несколько минут.

Отбеливание кожи

1. Три чайные ложки творога смешайте с чайной ложкой меда, взбейте до кремообразного состояния и нанесите на лицо. Смывайте тампонами, смоченными в холодной воде.
Маска обладает не только отбеливающим эффектом, но и разглаживающим, сужает поры.

2. Огуречные маски можно делать и из натертой мякоти, и из шкурки – просто наложите кашицу или кожуру на лицо. Мякоть можно смешать с чайной ложкой меда.
Эта маска рекомендуются для увядающей или уставшей кожи с расширенными порами.

3. Возьмите среднюю грушу и, очистив ее от кожуры, натрите на мелкой терке.
Смешайте с оливковым маслом в пропорции 2:1, нанесите маску на лицо и оставьте на 15 минут.
В груше содержатся дубильные вещества, которые отлично отбеливают кожу, очищают ее и увлажняют.

4. Смешайте столовую ложку мелко нашинкованных листьев петрушки со столовой ложкой меда, нанесите получившуюся смесь на 45 минут, затем смойте.
Маска также помогает справиться с веснушками и пигментными пятнами.

Уход за руками

1. Смешайте желток одного яйца, ложку растительного или оливкового масла и ложку мёда, нанесите на кожу рук и оставьте на 25 минут. После этого смойте.
Маска отлично увлажняет и питает кожу рук.

2. Натрите на мелкой терке одну-две сырые картофелины и смешайте эту массу с тёплым молоком. Погрузите руки в получившуюся смесь и подержите до полного остывания, затем тщательно смойте.
Бархатистая и нежная кожа станет отличной наградой за терпение.

Уход за телом

1. Смешайте чашку сухого молока, чашку крахмала и чашку муки грубого помола, уложите получившуюся смесь в плотную материю и завяжите тугим узлом. Дальше используйте как обычную мочалку.
Молоко смягчит и отбелит кожу, крахмал стянет поры, а отруби снимут с кожи огрубевшие частицы.

2. Чашку мелкой поваренной соли перемешайте с чашкой пищевой соды и половиной чашки сливок или кефира. Лёгкими массирующими движениями нанесите на тело, затем смойте водой.
Эффект – тот же, что и от скраба и увлажняющего крема.

Автор - **Пользы от масок, которые вы приготовите дома, будет больше!(YG, Shutterstock)**
Источник