

Ваганова Ольга

OLIcosmetics

Все права защищены 2014год



Комментарии к народным рецептам интернета

Рецепты называют народными тогда, когда установить авторство не представляется возможным.

В последнее время идет глобальная натурализация всего- еды, одежды, косметики. И это правильно.   
Натуральная еда лучше для организма. На еде без добавок организм человека чувствует и развивается здоровым.

Натуральная косметика дает лучшие результаты по сравнению с высокотехнологичной косметикой из синтетических ингредиентов. У натуральной косметики мало противопоказаний и практически нет побочных эффектов.

Но очень часто нам выдают за натуральность то, что этим, по сути, не является, пользуясь тем, что для того, чтобы разобраться в составляющих, входящих в состав крема или лосьона, требуются специальные знания. И под этой эгидой предлагается пользоваться тем, что нам доступно- сметаной из холодильника или помидорами с рынка.

Я не против, но если вы сметану сделали сами, а помидоры собственноручно вырастили.

Иначе получается что польза от таких средств- сомнительная, потому что консерванты, входящие с состав пищевых средств хоть я щадящие, но все же не предназначены для использования на коже.

Сегодня мы попробуем приоткрыть завесу и немного разобраться: так ли хорошо применять на коже продукты питания, что они могут принести: пользу или вред и, главное, как это делать безопасно.

Все «полезные советы» печатаю без изменений, как они есть.

Первый поставлю инструкцию, присланную для комментариев от подписчицы:

**Совет №1**

Чистка лица. Проверено!!!

1. Умываем лицо привычным способом, закалываем волосы, чтобы лицо было открытым.

2. Готовим смесь №1. Берем столовую ложку пены для бритья, добавляем пол чайной ложки соды. Хорошенько мешаем.

3. Кипятим воду в кастрюле, бросаем горсть цветков сухой ромашки.

Ставим кастрюлю на стол, накрываемся полотенцем и парим лицо. Хватает минут 5-7.

4. На распаренное влажное лицо наносим смесь, избегая области глаз и губ.

Идем в ванную, открываем кран с горячей водой. Под струю воды кладем мягкую зубную щетку. Нужна именно мягкая.

Хотя есть и специальная щеточка для лица, но можно обойтись и зубной.

Затем, мягко и динамично чистим лицо. Особенное внимание уделяем носу, крыльям носа и лбу.

Смываем водой.

5. Смотрим в зеркало. Черных точек нет. Их просто нет. Поры все чистые. Лицо очень гладкое.

6. Готовим смесь №2. Мешаем глину, подходящую вашему типу кожи, + мирамистин (или хлоргексидин, разницы нет, только дешевле).

Смесь должна быть как каша. Наносим на чистое влажное лицо, избегая области глаз и губ.

Оставляем на лице 15-20 минут, независимо от высыхания смеси.

7. Смываем смесь, промокаем лицо полотенцем, наносим крем. Все.

**Разбираем по пунктам:**

**Мое резюме:**

1. Отличный совет- всегда перед демакияжем лучше закалывать волосы.
2. Пеня для бритья отличное средство для очищения кожи девушек время от времени (скажем, вы остались в гостях и нет возможности умыться привычным средством. В данном случае действует правило- лучше умыться чем-то другим (но не мылом!!!), чем спать с макияжем. А вот про совет про соду- вызывает двойственные чувства- сама по себе сода может выступать мягким пилингующим средством для тела. И в то же время сода (как и соль) для лица — два очень агрессивных компонента, которые могут разъедать и выжигать кожу.  
   Кожа на теле толще, менее чувствительная. Кожа на лице имеет совсем другие показатели и свой кислотно-щелочной баланс.

**Поэтому давайте рассмотрим, при каких вариантах соду можно применять, а при каких лучше отказаться:**

**Отказаться:**

Если кожа сухая, морщинистая, возрастная. Если кожа жирная и воспаленная. Если на коже есть раны или незажившие воспаления.

**Применять:**

Если кожа толстая, молодая и без видимых проблем, за исключением закрытых комедонов (черные точки).

**В итоге:**

Применение соды допустимо, но не делать этого часто и регулярно. Если вы станете практиковать эту процедуру не чаще 1 раза в 2-3 месяца, то это волне допустимо.   
Но все же я бы рекомендовала вообще отказаться от использования соды на лице так же по той причине, что PH кожи, особенно жирной, при которой и есть смысли применения соды, бывает равен 3-4 единицам. Сода же повысит PH кожи, что может привести к нарушению нормальных функций.

3. Распаривать травяным настоем лицо это очень полезно и натурально. Не только календулой или ромашкой. Очень хорошо туда кинуть листики эвкалипта или эфирное масло по типу кожи. Также такие ингаляции хороши при простудных заболеваниях.   
**НО полностью противопоказаны** при сухой коже, при воспаленной коже, при куперозе. Вообще, если на лице есть проявления купероза, вам следует быть втройне внимательными и осторожными: протирания льдом и распаривания над кастрюлькой вам не подходят категорически. Также, при процедуре чистки у косметолога, откажитесь от распаривания вапоризатором и попросите его заменить на другой способ, который вам больше всего подходит.

4. На распаренное лицо нанести смесь это верно- потому что поры расширены и значит все, что в них находится, будет хорошо поддаваться извлечению. Но в данном случае, если вы нанесете смесь соды и пены на влажное лицо- вы дополнительно высушите его. Поэтому целесообразно лицо от влаги промокнуть и нанести на распаренную, но сухую кожу.

Совет с зубной щеткой просто отвратителен и никогда не применяйте его в реальности! Даже самая мягкая зубная щетка может серьезно травмировать и порезать кожу. На коже образуются микротрещинки, которые, конечно, заживут, но качество и внешний вид кожи могут существенно ухудшить.

Чем же заменить щетку? Вполне мягкая и адекватная замена зубной щетки- мягкая губка, лучше синтетика. Не забывайте регулярно мыть, как можно быстрее просушивать после использования (на полотенцесушителе) и менять примерно каждые 3-5 месяцев (такой большой разброс потому, что губки разные и срок использования у них также разный).

5. Этот пункт без комментариев. Подобных результатов можно добиться и более мягкими способами.

6. Глина хороша для лица. Особенно обратите внимание на белую глину или зеленую. Эти самые мягкие и деликатные и подходят для все типов кожи, на каждой проявляя именно те свойства, которые данному типу кожи необходимы.   
Далее по степени жесткости идет желтая, голубая, красная и черная глина.   
Черную глину лучше использовать на тело, а вот самая комедогенная (склонна провоцировать воспаления)- это красная глина. У моих клиентов маски именно с красной глиной вызывали наибольшее количество нареканий.

В данном случае нам предлагается делать смесь с хлоргекисдином или мирамистином. Эти средства-антисептики и в данном можно охарактеризовать их как препараты с противомикробным, противовоспалительным и улучшающим регенерацию тканей действием для наружного применения.

В данном случае их применение рекомендовано для завершающего этапа чистки и для обеззараживания возможных царапин.   
Я считаю в домашних условиях применение этих препаратов не целесообразно в виду малой травматичности кожи, особенно если вы не применяли для массажа зубную щетку.   
Вы можете полностью отказаться от применения в постпилинговой маске от хлоргексидина или оставить его половину порцию, заменив втору. На чистую воду или крепко заваренный раствор зеленого чая. Очищающие маски не держатся более 10-25 минут. (исключения- увлажняющие).

**В обязательном порядке избегайте высыхания слоя маски** (накройте пищевой пленкой) и после снятия маски умойтесь прохладно-холодной водой, для того, чтобы поры закрылись.

7. Отличный совет.

Разобрав этот совет, мы видим, что он имеет место на существовании, но с важными поправками и адаптацией к конкретному типу кожи.

**Продолжаем:**

**- Для борьбы с морщинами смазывайте лицо медом.**

**OLI:** сам мед не может бороться с морщинами, корректировать или убирать их. Но мед смягчает кожу, питает ее и разглаживает. На хорошо увлажненной и смягченной кожи морщины всегда менее выраженные. Мед как средство для смягчения кожи лица я очень люблю и приветствую. Но нужно очень внимательно подойти к выбору меда и обязательно покупать только качественный и проверенный мед. (как проверить мед- много советов в интернете)

**- Полезно перед сном наносить на лицо касторовое масло.**

**OLI:** Я бы сказала что это делать вообще не полезно. Особенно регулярно, особенно касторовое масло.   
Касторовое масло относится к разряду низкорастекающимся жирным маслам и может вызвать закупорку пор, а отсюда воспаления. Более того, коже нужно увлажнение, а не умасливание и регулярное использование масел (любых) может привести к пергаментности кожи- т.е. к обратному эффекту- вы ожидаете увлажнения и питания, а получаете сухость и дискомфорт.

Но в целом касторовое масло- отличное масло для косметических целей. И хотя в кремах и средствах для кожи его используют крайне редко (больше для волос), его косметические свойства таковы: Касторовое масло хорошо борется с мелкими морщинками, питает и смягчает сухую и чувствительную кожу. Смягчает кожу. Хорошо убирает пигментные пятна, отбеливает и питает кожу.

Я бы рекомендовала применять его на сухой или возрастной коже не чаще 1 раза в неделю как дополнительных уход. И обязательно на влажное лицо: смочите кожу тоником или минеральной не щелочной водой. Нанесите масло на руки, распределите по рукам и нанесите на лицо. Через 10-15 минут промокните излишки масла.

Но лично я рекомендую касторовое масло заменить на более легкие масла, а уж если сильно хочется использовать касторку, то добавлять немного в глиняные маски.

**-Остатками выжатого лимона смазывайте руки и локти.**

**OLI:** Вероятно этот совет дают исходя из того, что кожа на руках более грубая, а руки могут иметь неровный тон.   
Но совет категорически нельзя применять на руках, особенно в летний период- лимон вызовет еще бОльшую пигментацию, да и в зимний период сок лимона высушит кожу.   
Вот на локтях пилинг с содой придется как раз к месту и уберет огрубевшую кожу на локтях и коленях. Важно после пилинга обильно смягчать кожу локтей, для того, чтобы не было иссушения. Вот тут как раз может и касторка пригодиться. Потемнение кожи на локтях обуславливается тем, что нарушены процессы отшелушивания и мертвые клетки наслаиваются друг на друга, придавая этому месту неприглядный вид.

**-Полезно делать пилинг тела из кофейной гущи, необходимое количество которой можно собрать за несколько дней.**

**OLI:** Полностью согласна. Кофейная гуща (хоть спитая, хоть специально для этих целей смолотый кофе), смешанная с медом и сметаной или маслом- отличнейший скраб для кожи. А уж для бани- самый лучший.

**-При облысении каждый день втирать в кожу головы масло жожоба.**

**OLI:** При облысении или выпадении волос очень полезно и эффективно делать масляные маски. Но жожоба, я бы сказала, не самое эффективное масло для использования в моноварианте.   
Гораздо эффективнее масла касторовое или репейное.   
Мне нравится результат от смеси масел: касторовое, масло ши, репейное, макадамия и жожоба.   
Очень хорошо добавлять эфирные масла: бей, розмарин, грейпфрут, мелисса.

**-Для увлажнения сухой и чувствительной кожи на ночь нанести на лицо масло жожоба, смешанное с небольшим количеством воды.**

**OLI:** Не верно и применение данного совета может привести к обратному действию-иссушению. Масла не предназначены для увлажнения кожи- в них нет воды, маслом можно только удержать ту воду, которая есть в коже. Но масла вообще и жожоба в частности- хорошие средства для периодического применения в уходе за кожей лица.   
Раз в неделю после пилинга-на влажное лицо (увлажняющий тоник) нанести небольшое количество масла.

**- Для улучшения цвета лица делать маски из смеси меда и соли, которые оказывают омолаживающее действие.**

**OLI:** Этот совет основывается на том факте, что скраб или пилинг, который убирает отмершие частички кожи с поверхности кожи. Кожа в буквальном смысле после такого очищения начинает светиться и в целом выглядит свежее и ярче. Но есть более мягкие и более щадящие средства для лица. Про омолаживающие свойства меда мы уже говорили выше, а к соли так и вообще они не имеют никакого отношения.

**-Регулярное питье мятного чая придает коже лица свежесть и розоватый оттенок.**

**OLI:** Признаюсь честно, не могу ничего сказать об этом феномене. Но я, как человек, очень любящий чай с мятой не приобрела розовый оттенок кожи. А вот свежесть есть, да. Но я ее никак не связываю с мятой в чае.

**-Полезно смазывать брови и ресницы касторовым маслом или смесью касторового масла с ромом.**

**OLI:** Брови и ресницы действительно полезно смазывать на ночь касторовым маслом. Лучше даже в смеси с репейным. Однако добавления в них рома- сомнительная польза. Особенно для глаз.

**-При беременности смазывать живот маслом какао во избежание появления растяжек.**

**OLI:** При беременности необходимо ухаживать за растущими формами- это факт. За своими формами вообще регулярно нужно ухаживать- не только во время беременности.   
Масло какао не спасет от растяжек- в последнее время врачи появление растяжек относят к наследственным факторам. Растяжки появляются при резком скачке веса и при плохой эластичности кожи. Задача №1 при беременности это увлажнение, смягчение и питание кожи.   
Тут подойдут любые средства- кремы, масла (в том числе и какао), легкое молочко, плотный жирный крем. Приобретите два-три средства и чередуйте их между собой.

**-Для тонких волос делают маску из взбитого одного желтка и столовой ложки растительного масла.**

**OLI:** Этот вопрос немного схож с вопросом выше о выпадении волос и масляных масок.   
Повторюсь что масла хороши для волос (вот уже где масла могут применяться без опаски что-то испортить- это волосы).  
Желток в данном случае поможет вам легче смыть масло с волос. Он тут выступает эмульгатором и вам не придется изводить половину флакона шампуня на то, чтобы смыть масло с волос.   
Вообще запомните одну фразу: «волосы надо умасливать. Кожу надо увлажнять». И тогда вам станет понятно куда и что применять.

**-Эфирное масло или другое эфирное масло - добавить несколько капель в шампунь или кондиционер для волос - волосы долго не пачкаются.**

**OLI:** В корне не согласна и не поддерживаю эту теорию. Дело в том, что промышленные средства уже готовые и их состав рассчитан для эффективного использования. Там есть консерванты, красители, отдушки. Эфирные масла – очень активные и их применение должно быть крайне аккуратно. Проникающие свойства эфирных масел очень высоки и добавляя новый компонент (эфирное масло) в готовый промышленный состав мы не можем быть уверены что эфирное масло не потянет за собой ненужный балласт.   
Но свойства эфирных масел для кожи головы и волос бесспорны. Я рекомендую добавлять эфирные масла в средства, в которых вы уверены. К примеру в разовые маски, которые вы делаете сами.  
А долгой свежести волос от эфирного масла лаванды в шампуне или кондиционере нет.

**-Кубики льда с травками и маслами. Утром кубиком протирать лицо! Оно становится свежим, румяным и мягким! И вообще в течении дня если лицо усталое,стоит протереть,и усталость лица пропадает!**

**OLI:** У этого совета больше противопоказаний, чем рекомендаций. За 4 с лишним года практической работы я не встретила ни одного клиента, которому данный вид ухода я могла бы рекомендовать.   
Однозначно нет! Очень осторожно относитесь к протиранием льдом. Вы рискуете получить капиллярную сетку даже там, где ее быть не может по определению.

**-Пилинг молочной кислотой - поверхностный. Молочную кислоту можно купить в веет. аптеке в бутылях, или использовать капли из аптеки ХИЛАК ФОРТЕ, некоторые хилак форте добавляют в крема 10 капель на 30 мл крема. Из сведений о прочитанном в хилаке форте содержится 90 % кислота.**

**OLI:** Да, действительно, пилинг с молочной кислотой есть в профессиональной косметологии и в продаже есть средства с ней. Но на этом все вольности в отношении молочной кислоты должны заканчиваться.   
Молочной кислотой можно получить очень сильный ожог кожи. И восстановление будет долгим и серьезным.   
У молочной кислоты крайне низкий PH. Я использую молочную кислоту в пределах допустимого PH в домашних пилингах. В среднем этот показатель 3, 5-4 единиц.   
В условиях косметического кабинета косметологи могут опускать этот показатель до 2 единиц. Это тщательно контролируемая процедура, которая после ее проведения требует обязательной нейтрализации PH**.** Крайне недопустимо применять выше описанным способом молочную кислоту на глаз и тем более из аптечных средств. Помните, что кожа у вас одна. Доверьтесь профессионалам- это сбережет время, деньги и нервы.

**-2 таблетки мумие растворить в креме и мазать зоны с растяжками, перед этим скраб –из молотого кофе. Хорошо для подтягивания кожи и при целлюлите. Но делать надо постоянно.**

**OLI:** Мумие хорошо, скраб-отлично. Но если растяжки появились- их не убрать ничем, кроме аппаратных методов.   
Как бы ни рассказывала реклама что чудо-средство уберет растяжки, это невозможно.   
Растяжки это разрыв кожи. Как кожу склеить? Никак. Можно только аккуратно убирать верхние слои и дойти до того слоя, где кожа целая- вот очень простое, незамысловатое определение растяжек.   
Их можно визуально (ключевое слово-визуально) уменьшить, если сбросить вес- объемы уменьшаться и края растяжек приблизятся друг к другу, тем самым уменьшая из видимость. Но если хочется чем-то мазаться то можно- почему нет?

**-Самым эффективным и одновременно простым средством для выравнивания цвета лица является бадяга, порошок которой продается в каждой аптеке**

**OLI:** Да, действительно, бядяга есть и она везде. Но у нее масса противопоказаний. Начиная хотя бы с того, что применять ее нужно только зимой. И она крайне не комфортна а применении.   
однозначно не подходит для сухой кожи и кожи с воспалениями.   
Можно рекомендовать для жирной и пористой, но повторюсь как выше- есть достаточно много других доступных средств, которые принесут желаемый результат без негативных последствий.

**-Для того, чтобы придать своей коже эффект смуглости, нужно на 15 минут наложить на неё свежую кофейную гущу или тертую морковь.**

**OLI:** Кроме как нелепых разноцветно-грязно-рыжих разводов на коже это не даст.

**-Одну чайную ложку сухих семян льна заливаем половиной стакана кипятка, накрываем и настаиваем 20 минут. Затем доводим этот настой до кипения, и заливаем им одну столовую ложку овсяных хлопьев. При этом весь настой семян льна использовать не придется – нужно, чтобы он лишь полностью покрывал овсяные хлопья. Оставляем хлопья набухать, а затем накладываем получившуюся теплую кашицу на лицо на 15-20 минут, после чего нужно умыться водой комнатной температуры.**

**OLI:** К овсянке на лице я отношусь с уважением. А вот к льняным семенам- очень положительно. Их влияние на кожу человека изнутри и снаружи- велико. Такая маска даст легкий освежающий эффект, успокаивающий и смягчающий. Если есть аллергические проявления- она поможет их сгладить.   
Только хлопья я все размолола бы в муку, и накладывала на лицо не просто массой, а сделала компресс из марли: несколько слоев марли, межу ними проложить слой маски и на лицо. Не течет, ни осыпается.

**-Два – три раза в неделю делайте маски из глины или кефира. Они глубоко очистят кожу, выведут токсины и снимут раздражение.**

**OLI:** Совет основывается на пилингующих свойствах кефира и очищающих глины. Я бы не говорила о глубокой очистке кожи, но такой вид маски очень даже хорош- кефир для жирной кожи. Сливки или молоко для сухой

**-Насыщенные жирные кремы или маслянистые текстуры еще больше забьют и без того загрязненные поры. Лучше средства с легкой текстурой.**

**OLI:** От консистенции не зависит комедогенность средства. Крем может быть густым, как жирная сметана, но при этому быть абсолютно безопасным для кожи и не вызывать закупорку пор. И наоборот- легкий крем-молочко вызывать воспаления.   
Гораздо больше зависит от состава.   
Просто более легкие на вид и ощущения текстуры комфортнее ощущаются на жирной коже. Сухой коже хочется поплотнее и пожирнее.

Продолжение следует …