

اتبعي هذه الخطوات لغسل وجهك بالطريقة الصحيحة!

يتوجه الجميع الى الحمام مباشرة بعد الاستيقاظ، ويغسلون وجهم ويمضون الى أعمال أخرى خلال اليوم. ولكن هذه ليست الطريقة الصحيحة لتنظيف الوجه من البكتيريا، او لتحضيره لليوم الجديد. قم بذلك بالطريقة الصحيحة، فهي أسهل مما قد تظن:

- اغسلي وجهك بالماء الدافئ وبالمسحوق المنظف اللطيف لبشرتك. جففي وجهك بمنشفة نظيفة.
- طبقي كريم الأساس وانتظري حتى يجف. هذا الكريم مفيد للأشخاص الذين يعانون من البشرة الدهنية
- طبقي أي دواء قد تحتاج اليه بشرتك، مثل علاج حب الشباب.
- ضعي كريم العين واسمحي له أن يجف. هذا سوف يساعد على منع تلف الكولاجين.
- قومي بتطبيق مرطب الوجه. البشرة الجافة سوف تنتج في الواقع المزيد من الزيت.
- ضعي كريم واقى من الشمس لحماية بشرتك من الأشعة فوق البنفسجية الضارة.
- طبقي المكياج التمهيدي أو الأساس وامضي قدما في روتين الماكياج الخاص بك.