

قواعد الحصول على بشرة نظيفة

الوجه الخالي من الشوائب هو شيء نبحث عنه جميعا، سواء إن كان ذلك في جرة من كريم الوجه، في أقنعة حب الشباب، أو في غيرها من الخلطات السحرية. هذه هي أهم الخطوات لتنظيف البشرة بطريقة صحيحة وصحية:

1. نظفي البشرة صعوداً، من الأسفل إلى الأعلى:

عند تطهير وتنظيف الوجه أو عند تطبيق الأمصال والمستحضرات، دائما دلکیها في البشرة بحركة دائرية صعودية. هذا يسمح للمكونات النشطة أن تخترق بسرعة سطح البشرة لتزيل الزيوت المتواجدة، الأوساخ، والبكتيريا.

2. طبقي الماكياج بطريقة من الأعلى إلى الأسفل:

عندما يتعلق الأمر بالماكياج، يجب تطبيقه بطريقة من الأعلى إلى الأسفل، وبالتالي فإن الماكياج سيوضع على الجزء العلوي من البشرة من دون ادخاله إلى أعماق المسام.

3. أزيلي الماكياج عن وجهك عند انتهاء النهار:

إنه شيء من الواضح، ولكنه ضروري: لا تخلدي إلى النوم من دون إزالة الماكياج عن وجهك أولاً. المناديل المطهرة هي وسيلة سريعة وسهلة لإزالة الماكياج والأوساخ عندما لا يكون لديك الوقت (أو الطاقة) لصنع الروتين الجمالي الكامل الخاص بك.

4. التقشير هو المفتاح:

كما تبدأ درجة الحرارة في الارتفاع، البشرة تميل إلى أن تكون زيتية أكثر. يساعد التقشير على إزالة خلايا الجلد الميتة التي تتراكم على سطح البشرة، والتي يمكن أن تسد المسام وتسبب الرؤوس السوداء والعيوب. تقشير الجلد يتركها جديدة ومشرقة.

5. اعطي بشرتك استراحة:

مرة واحدة في الأسبوع، اقضي ٢٤ ساعة كاملة دون تطبيق الماكياج. بالنسبة لأولئك الذين يعانون من حساسية في البشرة أو هم عرضة لحب الشباب، هذا يوفر لبشرتهم استراحة من العطور، المواد المسببة للحساسية، المواد الحافظة، والزيوت.