

# نصائح جمالية للعروس بحسب عمرها

هل أنت عروس واقتررب موعد زفافك ؟ هل ترغبين بالحصول على العناية الصحيحة والمثالية للعناية ببشرتك قبل فترة من الموعد الكبير ؟ انت كنت ترغبين بإتباع نصائح جمالية مناسبة لعمرک ونوعية بشرتك ، فقد أصبح الخل بين يدك.

سواء كنت عروسًا في العشرينيات أو الثلاثينيات أو الأربعينيات من عمرک ، هناك أنواع معينة من النصائح والعلاجات والتقنيات الجمالية التي عليك إتباعها لتحصلي على الإطلالة الأبهى في يومك الكبير.

لذلك نقدم لك نصائح جمالية للعروس بحسب عمرها :

## عروس العشرينات



### التنظيف

في هذه الفترة ، تميل البشرة إلى الطبيعة الزيتية ، لذلك يجب أن تغسلي وجهك مرتين خلال اليوم وحيث عليك استخدام غسول الوجه المناسب لنوعية بشرتك والخالي من الزيوت وأي مواد تحتوي على حمض الساليسيليك ، لمنع ظهور البثور وحب الشباب.

### الترطيب

يعتبر ترطيب البشرة روتين جمالي ضروري بالنسبة للعروس قبل فترة من الزفاف ، وخاصةً بالنسبة للبشرة التي تعاني من اللمعان . من الضروري أيضًا تطبيق كريم الواقي من الأشعة الشمسية يوميًا ، تأكدي من أنه خالٍ من الزيوت وبدرجة حماية 30.

### العناية باليدين

يجب ان تستخدم العروس واقي من الأشعة الشمسية على اليدين ثم تطبيق طبقة من كريم اليدين يوميًا . عليك أيضًا الحرص على استخدام الأنواع المناسبة لنوعية بشرتك والإبتعاد عن كثرة التعرض لأشعة الشمس الضارة .

## ▪ العناية بالوجه

ان كنت عروس تعاني من مشكلة ظهور البثور والحبوب على وجهك ، فيجب أن تحسلي على تنظيف لوجهك وخاصة بهذه المشكلة كل 3 أو 4 أسابيع ، حتى تحافظي على تألقك.

## عروس الثلاثينيات



### ▪ التنظيف

لا بد من أنك تعاني من بشرة مختلطة، لذلك يجب أن تغسلي وجهك مرتين باليوم، لكن عليك أن تستبدلي الغسول السابق استخدامه وتلجئي الى اختيار مستحضر يحتوي على حمض الغليكوليك ، الذي يساعد بالحفاظ على توازن البشرة.

### ▪ الترطيب

ان كنت تعانيين من مشكلة ظهور البقع الجافة على وجهك وبشرك، فلا بد من أن تستعملي مرطب ملائم لك بعد الغسيل، لكن يجب أن تكون المستحضرات المستعملة خالية من الزيوت وتحتوي على حمض الغليكوليك.

## ▪ العناية باليدين

نتيجة لبدء ظهور البقع البنية الواضحة على يديك وحدث جفاف البشرة ، فيجب أن تطبقي كريم اليدين مرتين في اليوم. كما عليك استخدام علاجًا ليليًا مناسب لك.

## ▪ العناية بالوجه

في حال بدأت الخطوط الرفيعة بالظهور على وجهك، بالإضافة الى مشكلة الجفاف والبقع التي تثير اهتمامك، فالهدف هو الترطيب كما عليك أن تقشري وجهك وترطبيه بمستحضرات بخلاصة الفاكهة.

## عروس الأربعينيات



### ▪ التنظيف

بدأت مشكلة جفاف البشرة بالظهور بوضوح، بحيث يجب أن تستمرّ بتطبيق الغسول نفسه، لكن عليك أن تعتمد على التقشير بانتظام مع تفادي المقشرات القوية لتفادي حصول أي حساسية.

### ▪ الترطيب

استخدمي الكريم المرطب مرتين في اليوم، في الصباح وحيث يجب أن يكون خالي من الزيوت ثم في الليل وحيث يكون الكريم أكثر كثافة ويحتوي على الزيوت.

### ▪ العناية باليدين

تبدأ البقع بالتزايد وجفاف اليدين يصبح مستفحلاً، فيجب أن تسأل طبيب الجلد عن مستحضر أو كريم ليفتح البقع الداكنة في البشرة، كما عليك استخدام كريم اليدين الذي يحتوي على الريتينويد وحمض الغليكوليك.

### ▪ العناية بالوجه

في هذا السن، تكون قد بدأت علامات ومشاكل التقدم بالسن بالتزايد، حيث يتطلب عليك اتباع علاج خاص لهذه الحالات، كل 3 أو 4 أسابيع، والبدء به قبل فترة جيدة من موعد الزفاف.