# ما هو نوع التقشير المناسب لبشرتك؟

يعرف التقشير بعملية إزالة جلد البسشرة الميت، ويساعد على تجديد الخلايا وتحفيز عملية نمو خلايا جديدة. تساعد هذه التقنية كافة أنواع البشرة، لذلك لا بد من تطبيقها بشكل متكررة كلما لزم اللأمر.

**اليك أنواع التقشير المناسبة لكل نوع بشرة:**

**البشرة الجافة:** اختاري مقشر طبي كيميائي أو سكراب للوجه خفيف التركيبة، وطبقي كريم مرطب بعد التقشير لمساعدة الترطيب على الدخول الى الخلايا.

**البشرة الدهنية:** صاحبة هذه البشرة عليها الإبتعاد عن استخدام المقشر القوي الذي يسبب بتكّسر الخلايا. استخدمي غسول وجه غني بحمض الجليكوليك أو حمض الساليسيليك، من أجل إزالة الأوساخ والشوائب من البشرة والتي تسبب بإغلاق المسام.

**البشرة الحساسة:** الجئي الى استخدام المقشر منظف معتدل أو تونير غني بأنزيمات الفواكه أو النباتات.

**البشرة العادية والمختلطة:** صاحبة هذه البشرة عليها القيام بالتقشير مرّة في الأسبوع، لإضافة المزيد من الحيوية الى بشرتك.