

عادات تساعدك في الحفاظ على نضارة وجهك

يمكن إغفال النظر عن الأخطاء غير المقصودة وغير الدائمة في حق جمال بشرة وجهك، ولكن إذا أصبحت تلك الأخطاء هي ما تفعلي عادة ويصبح ذلك الطبيعي وليس استثناء فذلك خطأ بحق بشرتك لا يغتفر، حان الوقت لإعادة تقييم تقوسك وعاداتك الخاصة وكيف تتعاملين مع بشرتك، إليك بعض الأساليب وعادات الحفاظ على الجمال التي ربما قد نسيتها :

الذهاب للفراش والنوم بدون إزالة مساحيق التجميل

- المشكلة: ربما تكونين متعبة جداً بعد يوماً طويلاً وتحسين أنك ليس لديك طاقة لأمر آخر وهو إزالة مستحضرات التجميل عن وجهك. هذا يسد المسام والذي كما تعرفين يؤدي إلى كثير من المشكلات للبشرة، في حين المستحضرات التي توضع فوق العين قد تؤدي إلى تهيج العينين وإضعاف الجلد الرقيق في الأصل.
- الحل: إفرضي على نفسك قضاء بعض الدقائق وضعيها في نطاق روتين اليوم للإغتسال العادي، ولكن إذا كنت حقاً متعبة ولا يمكنك فعل ذلك "وهو ما يجب أن تعتبره عملاً استثنائياً" يمكنك حقاً استخدام مناديل الوجه المبللة والتي لن تأخذ من وقتك حرفياً سوى بضع ثوان للتخلص من مستحضرات التجميل.

إستخدام مستحضرات التجميل القديمة

- المشكلة: جميع مستحضرات التجميل لديها صلاحية معينة، والمنتجات القديمة يمكن أن تحتوي على بكتيريا مما يعني أنك "وإن كنت تفعلي ذلك ببراءة" تدهنين وجهك حرفياً ببكتيريا ضارة.
- الحل: عليك معرفة تواريخ إنتهاء صلاحية كل مستحضرات تجميلك ولكن من القواعد أن تعرفي أنه يجب عليك إستبدال الماسكارا كل 3 إلى 6 أشهر على أقصى تقدير، وغيرها من المنتجات يجب إستبدالها في غضون سنة إلى سنتين على الأكثر.

فرش المكياج غير النظيفة

- المشكلة: تجمع فرش المكياج الكثير من البكتيريا والأوساخ

والتي تنقل إلى بشرتك فيما بعد، فتعد مكاناً لتراكم البكتيريا ثم تقومين أنت بنقلها لبشرتك عبر استخدام تلك الفرشاة غير النظيفة.

▪ الحل: حاولي الحفاظ على نظافة فرش المكياج التي تستخدموها على وجهك، وقومي بتنظيف تلك الفرش مرة كل أسبوع بانتظام باستخدام شامبو معتدل وغسلها جيداً ثم تنشيفها بمجفف للهواء.