

СЦЕНАРИЙ УСПЕХА ДЛЯ НЕУДАЧНИЦЫ



Рекомендованная розничная цена 58 руб.

ЖЕНСКИЕ СЕКРЕТЫ

НОЯБРЬ 2010

СЕКС

С ГЕЕМ:

выдумка или реальность?

КОСМЕТИКА НА ОСЕНЬ

*добавьте в жизнь
позитива!*

МУЖ В РОЛИ ДОМОХОЗЯЙКИ

плюсы и минусы

СПЕЦПРОЕКТ

ДЕЛО В ШЛЯПЕ

*прически
по сезону*

ОСТАНОВИТЕ ВИРУС!

советы врача

ПУТЬ К ЗНАНИЯМ

*без ремня
и уговоров*

БУДЬ В ТОНУСЕ!

*меню хорошего
настроения*

Сати Казанова

«Я НИКОГДА НЕ МЕЧТАЛА
О СВАДЕБНОМ ПЛАТЬЕ»

Александр Носик ★ Ирина Ортман ★ Олег Рой ★ Ксения Грэйс

Во сне и наяву

Беседовал | Алексей Фошкин

Агрессивная окружающая среда не угрожает нашей коже, когда мы мирно спим дома. Зачем же тогда пользоваться косметикой на ночь глядя? На этот вопрос отвечает наш компетентный эксперт.



КСЕНИЯ САМОДЕЛКИНА, врач-дерматовенеролог, тренер, эксперт косметической компании Premium

Для чего нужны ночные кремы? Для того, чтобы продлить молодость. Дневной крем больше предназначен для защиты. Ночной – для помощи про- ➤



1. Ночной крем Creme Extraordinaire Nuit питает и защищает кожу, устранив следы усталости | Melvita
2. Омолаживающий антивозрастной ночной крем Skin Vivo | Biotherm
3. Ночной крем Resilience Lift Extreme максимально повышает упругость кожи | Algorithem
5. Увлажняющий флюид Hydraskin Essential перезапускает процесс естественного увлажнения кожи | Darphin
6. Комплект Top Secret Beauty Sleep: смягчающий ночной крем и бальзам для губ | Yves Saint Laurent
7. Ночной крем Genifique Repair Creme Nuit – активатор молодости | Lancôme
8. Ночной восстанавливающий крем Anti-Aging Night Cream | La Prairie
9. Ночной крем White Lucency выравнивает рельеф кожи | Shiseido
10. Ночной регенерирующий крем Raffermissante Nuit против морщин | Clarins
11. Увлажняющий ночной крем Super Rescue Antioxidant Night Moisturizer с антиоксидантами | Clinique
12. Ночной крем Suractif Non-stop Lifting стимулирует выработку коллагена | Lancaster
13. Ночной крем Lifting Night Cream восстанавливает потерю эластичности кожи во время сна | Juvena

ФОТО: SHUTTERSTOCK.COM, ФОТО ПРЕДМЕТОВ: ЕВГЕНИЙ ТЕРНОВЕЦКИЙ

цессу обновления кожи. Это связано с тем, что вечером она лучше усваивает полезные вещества.

В зависимости от времени суток «поведение» кожи меняется. Ночь для нее – пора активного восстановления после дня, когда она подвергалась атакам внешней среды. Пока мы беззаботно спим, наша кожа не теряет времени даром: она обновляется. Именно после заката появляются новые клетки и вырабатываются специальные волокна коллагена, которые обеспечивают ей молодой и подтянутый вид.

Однако с возрастом, примерно после 27–30 лет, на фоне общего старения организма «ночные» процессы обновления клеток кожи начинают замедляться. Она постепенно теряет упругость и эластичность. Это хорошо заметно по следам от подушки: после 27–28 лет они раз-

глаживаются все медленнее и медленнее. Чтобы вернуть процессу регенерации нормальный ритм, в этом возрасте рекомендуется начать использовать ночные кремы.

Полностью полагаться на дневной крем не стоит и потому, что в светлое время суток кожа не способна усвоить многие полезные вещества. Например, витамины, так как на солнце они разрушаются. Именно поэтому витамины из ночных кремов в несколько раз эффективнее тех, что содержатся в дневных средствах ухода.

Как правильно использовать ночной крем? Ночной крем наносится за полтора-два часа до сна. Если воспользоваться им позже – велика вероятность того, что вы проснетесь с отеком лица. Перед нанесением обязательно очистите кожу и протрите лицо тоником, восстанавливающим

PH. Много крема не нужно. Для лица и шеи достаточно одной капли размером с горошину. Распределив средство, дайте ему 5 минут на то, чтобы впитаться, затем удалите излишки. Если крем плохо впитывается и на лице появляется жирный блеск – это сигнал, что он не подходит для вашей кожи.

Выбирая ночной крем, исходите из типа кожи и вашего возраста. До 35 лет достаточно увлажняющего. С 35 до 50 используйте регенерирующие кремы, которые усиливают обновление. После полувекowego юбилея – питательные.

Как быстро проявится эффект от использования ночного крема? Первые положительные изменения вы заметите через 28–30 дней после начала использования. Если регулярно наносить ночной крем, можно отодвинуть процессы старения на 5–7 лет. ●



14. Ночной крем Vinoperfect против пигментных пятен | Caudalie 15. Ночной крем Madara замедляет процессы старения, для всех типов кожи | Био-Маркет
16. Ночной крем Revita Lift против морщин, улучшающий упругость кожи | L'Oréal Paris 17. Ночной выравнивающий бальзам Cellebionic для женщин старше 60 лет | Vichy 18. Ночной восстанавливающий клеточный крем Diamond Cellular | Oriflame 19. Ночной крем Time Defiance восстанавливает преждевременно увядающую кожу | Artistry 20. Ночной крем Lift+Разглаживание Морщин возвращает коже упругость и сияние | Diademine 21. Ночной крем Serum Vegetal, воссоздающий структуру кожи | Yves Rocher 22. Ночная возрождающая сыворотка Renaissance de Nuit улучшает качество кожи | Dr. Pierre Ricaud 23. Нежный вечерний крем «Бархатный сезон» для кожи лица, шеи и декольте | Premium 24. Ночной крем для лица для чувствительной кожи | Natura Siberica