

نکات کلیدی و راهنمای مراقبتی پاکسازی پوست

چنانچه تصمیم گرفته اید با روش خانگی یا آرایشگاهی به پاکسازی پوست خود بپردازید باید نکات و موارد مهمی را رعایت کنید.

به گزارش سایت خبری پرسون، همان طور که می دانید پاکسازی و مراقبت از پوست دارای روتین موثری است و در این مسیر توصیه هایی که در ادامه به آن ها می پردازیم را نباید نادیده بگیرید. با ما همراه باشید:

اول از همه پوست خود را به خوبی بشناسید. شناخت پوست مهم ترین و اصلی ترین گام پاکسازی صورت است. پوست خود را نباید با آب داغ یا آب خیلی سرد بشویید. چرا که آب بسیار داغ باعث می شود پوستتان تحریک و ملتهب شود. آب سرد نیز نمی تواند پوست شما را به میزان مناسبی نرم کند. از همین رو همیشه برای شست و شوی صورت خود از آب ولرم استفاده کنید. در ابتدای کار باید پوست خود را به خوبی بشناسید و با توجه به نوع آن به سراغ ابزار و مواد مختلف مراقبت از پوست بروید. برای مثال اگر پوست چربی دارید نباید از کرم های پاکسازی مخصوص پوست خشک استفاده کنید. البته در این جا پیشنهاد می کنیم به جای استفاده از کرم های پاکسازی صورت از ژل های پاکسازی استفاده کنید چرا که ژل ها غالبا تاثیر مثبت و بهتری بر روی انواع پوست دارند. همه ما اغلب مجبور می شویم چند ساعتی را خارج از خانه مشغول به کار باشیم. درصد زیادی از خانم ها نیز روزانه آرایش می کنند. آرایش روزانه در کنار آلودگی موجود در هوا باعث می شود پوست ما میزان بسیار زیادی آلودگی را جذب کند. به خصوص اگر پوست چربی داشته باشید آلودگی به آسانی بر روی پوست شما جا خوش می کند. بنابر این پاکسازی پوست و دوبار انجام دادن آن در روز یکی از اساسی ترین کار هایی است که برای مراقبت از پوستتان باید انجام دهید. در نتیجه یک بار آرایش و آلودگی و چربی را از پوستتان حذف کنید و با پاکسازی دوباره پوست، سلول های مرده آن را نیز بردارید.

دقت کنید که از چه پاک کننده ای برای پاکسازی پوست خود استفاده می کنید. در میان پاک کننده های موجود در بازار، پاک کننده های اسیدی بهترین نوع آن ها هستند چرا که به عنوان یک لایه بردار مناسب عمل کرده و منجر به یک رنگ کردن رنگ پوستتان می شوند. اگر قصد دارید پوست خود را به صورت عمقی پاکسازی کنید به یاد داشته باشید که تنها یک بار در هفته حق انجام این کار را دارید. البته پاکسازی های عمقی معمولا کار تخصصی بوده و پیشنهاد می کنیم آن را به دستان متخصصان این حوزه بسپارید. اسکراب صورت از جمله اثرگذار ترین مراحل در پاکسازی و مراقبت از صورت است. البته اسکراب می بایست پس از شست و شوی کامل صورت انجام شود. چرا که با اسکراب صورت، سلول های مرده سطح پوست از بین می روند و می بایست به خوبی صورت را از انواع آلودگی و چربی تمیز کرده باشید تا مواد اسکراب بتواند نتیجه خود را بر روی پوست شما بگذارد.

برای شست و شوی صورت خود از شوینده های حرفه ای و مناسب پوست خودتان استفاده کنید. شاید باورتان نشود که یک شوینده خوب و مناسب می تواند تا حد بسیار زیادی بر روی مراقبت از پوستتان اثر بگذارد. برای تحریک کردن کلاژن ها و همچنین خورسانی صورت می توانید از ماساژ حرفه ای و استاندارد کمک بگیرید.

استفاده از موادی چون آبرسان ها، ماسک های لیفتینگ، روشن کننده و جوان کننده ها و ... می تواند نقش مناسبی در روند مراقبتی پوست شما داشته باشد.