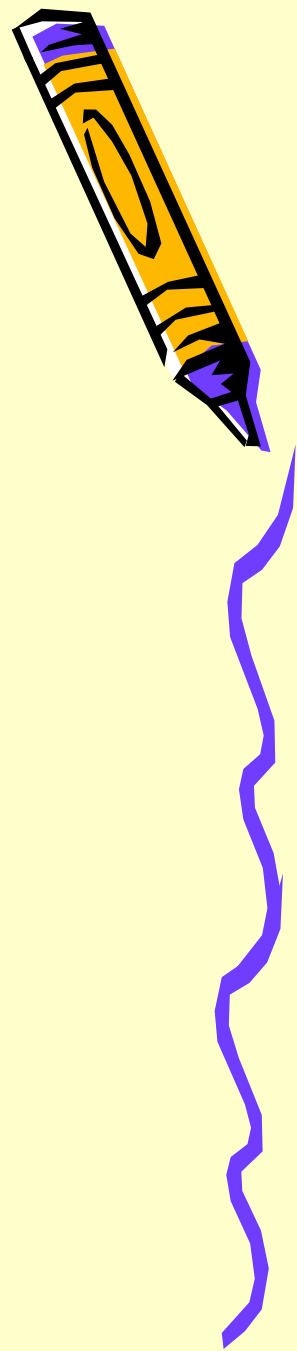


ФГБОУ ВПО  
«Тверской государственный университет»

# Правила выбора крема для рук





- Кожа на руках нуждается в особом уходе и постоянном увлажнении, ведь она наиболее подвержена воздействию окружающей среды. Мы моем посуду, стираем, и т.д. Как же обезопасить кожу рук? Выход один - крем для рук на каждый день. Но, как его выбрать?





- Когда вы приходите в магазин, первое, что вы видите, упаковка. Чаще всего кремы для рук выпускаются в баночках и тюбиках. Последние считаются наиболее предпочтительным вариантом: особенности конструкции - содержимое выходит через узенькое горлышко - сводят к минимуму контакт косметики с воздухом, который окисляет ее. К тому же в банки принято залезать пальцами, а значит, бактерии и микроорганизмы, обитающие у нас под ногтями, могут легко проникнуть в крем. Если вам все же приглянулось средство для рук в подобной таре, проследите, чтобы в наборе был шпатель - специальная лопатка, при помощи которой можно доставать содержимое из баночки.





- Перечень видов кремов для рук велик:  
питательные,  
смягчающие,  
увлажняющие,  
защитные,  
ранозаживляющие,  
анти-возрастные,  
против  
пигментных пятен  
и т.д.





- Надпись anti-age, или против морщин или антивозрастной крем - не более, чем рекламный ход. Даже не смотрите на нее. Главное - состав. Именно он определяет действие крема.







- Те вещества, которых в креме больше - они будут указаны в самом начале списка ингредиентов. Например, если вы видите, что в состав входят экстракт **ЛИПЫ** или **РОМАШКИ** - крем будет снимать воспаление.





- Если крапива или кора дуба - крем будет обладать ранозаживляющим действием.





- Масло чайного дерева окажет противовоспалительное и бактерицидное действие.





# ВЫВОД



ЧИТАЙТЕ  
ОСНОВНЫЕ  
ИНГРЕДИЕНТЫ.



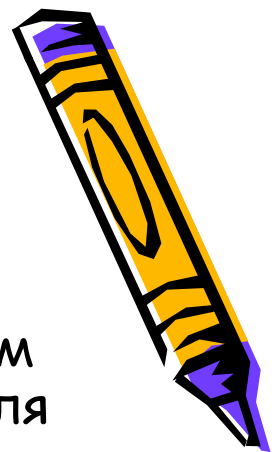


- Если вы видите на креме для рук надпись - для жирной кожи - проходите мимо. **Во-первых**, не существует препаратов для жирной кожи, ведь на кистях минимум сальных желез. **Во-вторых**, и для обезвоженного, и для нормального эпидермиса лучше покупать крем для сухой кожи.



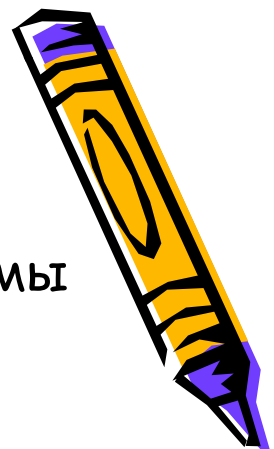


- Вы удивитесь, но крем для рук, как и крем для лица, должен делиться на **дневной и ночной**. Чтобы обеспечить полноценный уход своим рукам, нужны два тюбика с кремом: один, чтобы пользоваться утром, другой - перед сном. Однако далеко не на всех упаковках есть пометка «ночной» или «дневной». Разобраться поможет список ингредиентов.



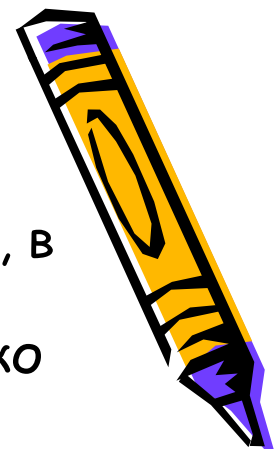


- Дело в том, что все кремы состоят из воды и различных масел (растительных, минеральных, животного происхождения и т. д.). В «утренних» влаги - 80%, а в «ночных» - всего лишь 20%. Первые имеют нежную, легкую текстуру, не создают жирной пленочки и быстро впитываются, вторые - плотные и густые. Благодаря большому содержанию масел они хорошо питают руки.





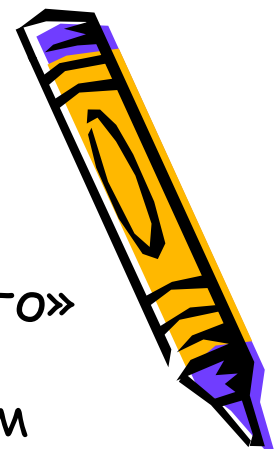
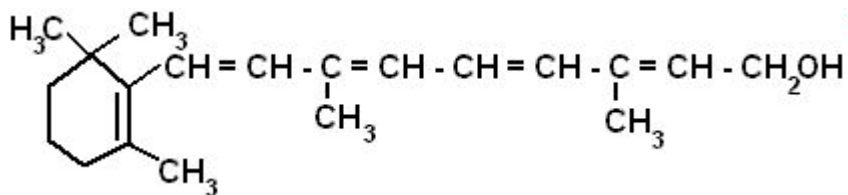
- Та косметика, которую вы собираетесь использовать днем, в обязательном порядке должна содержать **УФ-фильтры** не только летом, но и зимой - это предотвращает появление пигментации. А еще в хорошие «дневные» кремы входят глицерин и диметикол (эти вещества подтягивают воду из глубоких слоев дермы и тем самым обеспечивают увлажнение эпидермиса), а также экстракты целебных растений - которые, как мы говорили выше, и определяют действие крема.





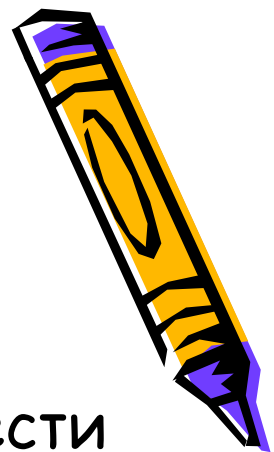


Что касается «ночного» крема для рук, то он должен иметь в своем составе витамины А, Е, F - эти антиоксиданты борются со старением, коллаген и эластин (отвечают за упругость кожи), фруктовые кислоты (стимулируют и усиливают процессы обновления клеток).





- Прежде, чем нанести крем, попарьте руки 2 минуты под струей теплой воды. Это раскроет поры кожи и позволит полезным веществам, которые содержатся в креме, лучше впитаться.





- При температуре ниже нуля по Цельсию не наносите крем на руки перед выходом на улицу. Вода, содержащаяся в креме, замерзнет и превратится в лед, «разорвав» кожу.



Пусть ваши руки будут  
мягче бархата!

