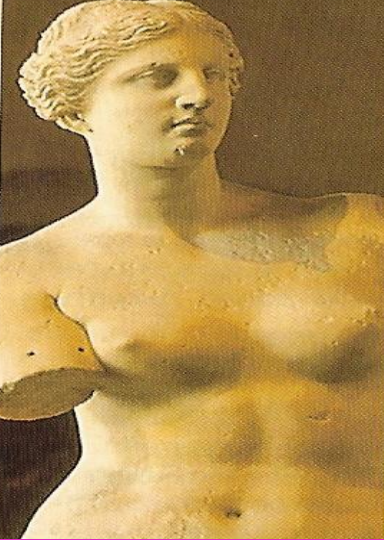


ИНТИМНАЯ ЖИЗНЬ КОЖИ

Выполнила ученица 8 класса  
Бисерова Юля.  
Руководитель: Таланова И.Б.

2008год

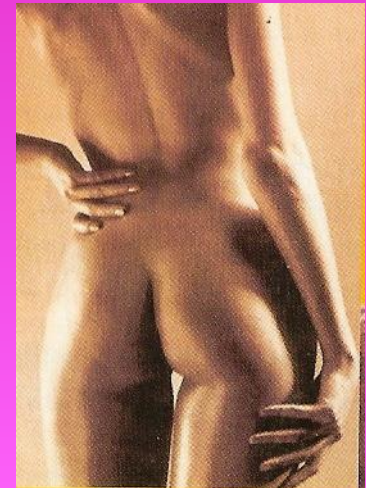


К 20 годам у вас такая кожа, какую вы унаследовали от родителей. К 40 годам – какую вы заслуживаете. А к 60-ти – какую вы заработали!

*И.Хисматуллина*

Давайте знакомиться. Я – красивая и ухоженная кожа, я – очень капризная и требовательная. Иногда мне не хватает влаги, воздуха, тепла. Чтобы быть гладкой, мне необходимы специальные жиры, но в разумном количестве. За мной нужен постоянный уход. Меня нужно холить и лелеять каждый день и каждую ночь.

Моя структура очень сложна и уникальна. Каждый квадратный дюйм (6,45 в.см.) [содержит:](#)





- 65 волосков
- 95-100 сальных желез
  - 70 метров нервов
- 17 метров кровеносных сосудов
  - 650 потовых желез
    - 9 500 000 клеток
  - 1500 нервных окончаний
  - 19 500 сенсорных клеток
- 78 сенсоров, воспринимающих тепло
- 15 сенсоров, воспринимающих холод



Самая прекрасная материя на свете – нежная кожа женщины.

*А. Франс*



# Распорядок дня нашей кожи

13 - 14 час

11 - 12 час

8 - 10 час

6 - 7 час



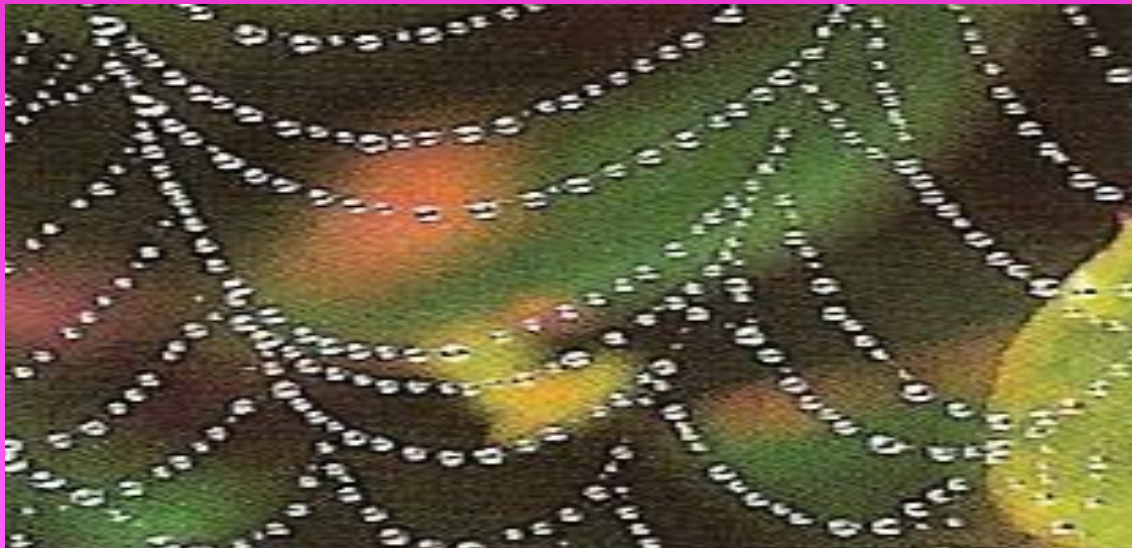
15 - 18 час

19 - 23 час

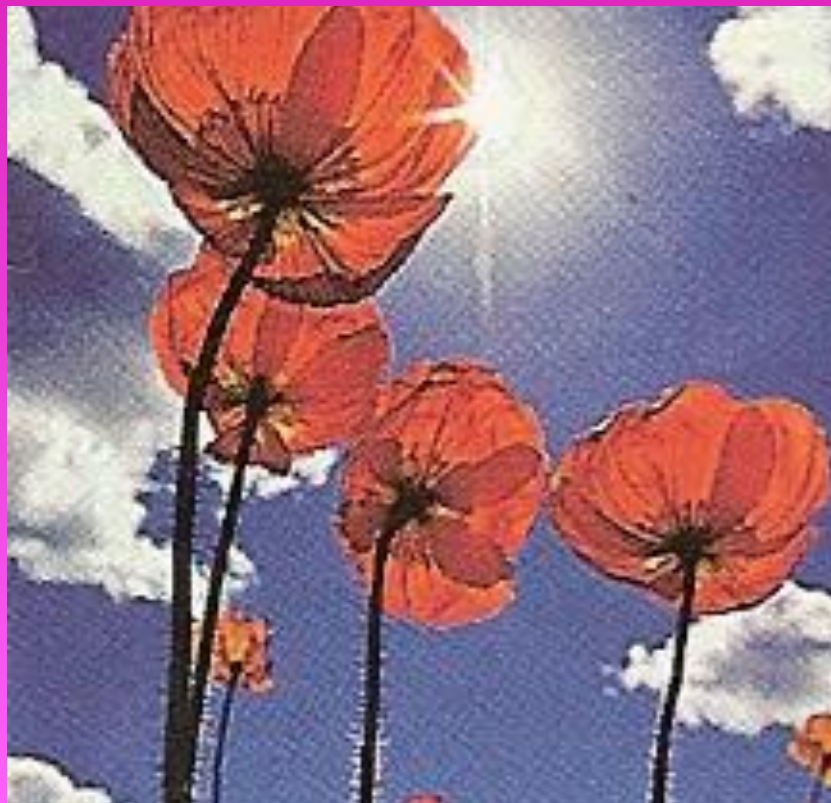
0 - 5 час



Активизируются кровообращение желез внутренней секреции. Кожа легко впитывает влагу и активные вещества. Как нельзя кстати легкий увлажняющий дневной крем с высоким содержанием гидратирующих веществ, витаминов и минеральных компонентов.



Кровообращение на пике активности. Кожа как губка вбирает все, с чем сталкивается. Хорошо бы ей встретиться с дневным защитным и питательным кремами, предохраняющих ее от декоративной косметики, потери влаги и УФ – лучей.



Сальные железы крови начинают работать с удвоенной силой. Появляются жирный блеск, поры становятся более заметны. Рекомендуются матирующие кремы и крем – маски, скрабы.



Кожа немного устала и выглядит поблекшей. Морщины становятся заметнее. Кожа нуждается в отдыхе, умывании прохладной водой и использовании тонизирующих лосьонов.





Клетки кожи абсолютно невосприимчивы к косметическим процедурам. В это время способность к выделению доминирует над способностью впитывать.



Восприимчивость снова возрастает, она активно поглощает кислород. Очищающее молочко и кремы дадут ей возможность «вздохнуть» и далее дышать свободно.



Клетки кожи интенсивно вбирают в себя активные и питательные вещества, содержащиеся в ночных, питательных кремах.







исследования  
и клинического  
контролем дерматологов

Правильное ухаживание за кожей, приведет вас к обладанию самого бесценного дара.

Ведь не найти материи нежнее, прекраснее и ценнее, чем ухоженная кожа!



# Правила гигиены

Мойтесь каждый день теплой водой с использованием специальных средств (мыло, гель и т.п.);

Меняйте белье, чулки, носки, колготки, гольфы;

Не выдавливайте прыщи, это может привести к воспалению

Старайтесь употреблять в достаточном количестве свежие фрукты и овощи, молоко, это обеспечит организм достаточным количеством минеральных веществ и витаминов, что будет способствовать гладкой и чистой коже;

В холодное время года необходимо защищать кожу от обморожений;

Не носите одежду, которая вызывает у вас раздражение кожи.

Правильный уход за кожей  
Помогает людям жить,  
Мыть ее почаще надо  
Чтоб грязнулею не быть,  
Ведь ухаживать за кожей  
Должен каждый человек,  
Кожа всем нужна здоровой  
Чтобы долгим был наш век!