



Уставшая кожа говорит о том, что ваш организм переутомлен, подвержен стрессу, недосыпаниям, недомоганиям и т.п. Кожа лица при этом обретает серый безжизненный, становится вялой и заметнее проступают морщины. Внешний вид в целом унылый и тусклый.

Когда нужно обновить кожу, то поможет [отшелушивающая маска для лица](#) . Если это переутомление кожи, то помогут другие виды масок. Можно, конечно, пытаться справиться с этой проблемой, используя декоративную косметику. На первый момент может показаться, что это приносит результат. Но через некоторое время усталость кожи лица проявится еще сильнее и тогда использование косметики будет только усугублять ситуацию.

Чем может помочь домашняя косметология в случае усталости кожи лица? Когда есть возможность, то перед выходом из дома, попробуйте освежить кожу, используя всевозможные народные средства. Если у вас есть 15-20 минут, то подойдет один из описанных ниже методов:

1) Маски для уставшей кожи, приготовленная из сметаны и картофеля:

Нужно почистить одну картошку в сыром виде, натереть ее на мелкой терке, а затем две столовые ложки этой массы размешать с одной столовой ложкой сметаны. Далее добавляется свежесжатый лимонный сок (несколько капель). Получившуюся массу наносят на лицо, а через 15 минут смывают прохладной водой. Далее на кожу

наносится увлажняющий крем. Картошку также можно заменить на огурец. Тогда маска будет обладать освежающим действием.

2) Неплохо тонизирует кожу яблочный или арбузный сок:

Чтобы воспользоваться этим нужно просто протереть кожу лица кусочком арбуза. Вы заметите, что кожа становится посветлевшей и сияющей. Когда время межсезонья или просто нет возможности достать арбуза, выжмите сок из кислых сортов яблок в соковыжималке. Затем намочите в полученном соке ватный тампон, после чего протрите кожу лица. Когда вы провели эти протирания, нужно подождать немного, чтобы сок высох. После этого можно будет умываться.

3) Масляная маска:

Чтобы приготовить данную маску, потребуется купить растительное масло абрикоса, персика, абрикоса, тыквы и шиповника, манго или ромашки. На одну столовую ложку масла (вы должны выбрать какое-то одно из перечисленных) нужно добавить пару капель эфирного масла лимона, апельсина, ладана, возможно, базилика. Смесь, которая получилась, наносится на лицо, оставляется на двадцать минут и смывается теплой водой. Такая маска лучше всего подходит для сухого типа кожи.