

## Весенняя косметика



**Что может быть романтичнее весны? Первые теплые деньки заставляют нас потихоньку выбираться из своих красивых, но уж слишком толстых свитеров и шуб, вместо снежного скрипа снова слышится звон каблучков по мокрому асфальту и так хочется влюбиться!**

Всю зиму каждая из нас живет в предчувствии весны, как собственного преображения. Но, к сожалению, именно в это время года наша кожа начинает «капризничать». За зиму организм тратит весь запас живительных сил и весной наступает кризис – недостаток витаминов и минералов, не полезен для красоты и холодный весенний ветер.

Для каждой женщины все эти ненастья приносят свои последствия – у кого-то лицо начинает жирно блестеть, чья-то кожа наоборот становится сухой и начинает шелушиться, могут появиться воспаления и прыщи. Некоторые женщины особенно жалуются на ухудшение состояния рук. Это зависит от типа кожи и особенностей иммунитета. Но подобные проблемы не входят в наши весенние планы.

Весна – это время очищения, в том числе и вашей кожи. Некоторые проблемы лежат на поверхности, а некоторые надо решать «изнутри». Во-первых, необходимо правильно питаться, ведь кожа – это зеркало нашего желудка. Избавьте свой рацион от жирной, копченой, острой пищи, начинайте утро с каши – и вы увидите результат на своем лице.

Во-вторых, необходимо правильно подобрать косметические средства для защиты и преображения кожи. Зимой многие предпочитают «тяжелые» жирные крема, весной стоит обратить внимание на легкие эмульсии и крема-флюиды. Кроме того, все косметические средства, начиная от молочка для умывания и заканчивая ночным кремом, должны увлажнять кожу и наполнять ее витаминами и минералами.

*По материалам Интернета.*