

Когда я только открыла свой косметический салон в Марианске Лазне, то начала работать с косметикой на природной основе. Косметика давала неплохой результат, но работала, к сожалению, только на верхнем слое кожи, и подобную косметику я бы посоветовала использовать для молодой кожи, без каких-либо выраженных проблем.

В таком случае и кожа, и дом будут прочными и прослужат долго.

Как это работает? Сначала проходит диагностика кожи. Выясняем наличие проблем, например сухость, пористость кожи, различные экземы. Кремы от IE направлены на работу с «молекулярным уровнем». Они успокаивают критическое состояние кожи (кожа получает сообщение как она должна выгля-

Специального обсуждения достоин комплекс косметики, которая защищает кожу от вредного солнечного воздействия. Благодаря этой косметике, я и открыла для себя данную французскую марку. Мои детки болели солнечным дерматитом. И что я только не делала, чтобы защитить их нежную кожу, но заболевание все равно проявлялось. В косметике IE меня заинтересовала философия,

КОЖА ОБЯЗАНА ТРУДИТЬСЯ И ДЕНЬ И НОЧЬ

Моника Черна работает в области косметики более 20 лет. Она закончила школу косметологии и эту область считает и своей работой и своим любимым хобби. Она относит себя к защитникам и ценителям природной красоты, ставит перед собой цель охранять и поддерживать кожу лица без использования приемов эстетической и пластической хирургии.

Институт де Пари, Русская улица, дом 124, телефон: 608 766 424



Однако если на коже появляется какая-то проблема или мы хотим убрать морщинки и пигментные пятна, то необходимо работать с более глубокими слоями кожи лица. Я считаю, что французская косметика для этого подходит идеально.

Я работала с тремя французскими фирмами и сейчас остановила свой выбор на косметике от фирмы Institut Esthedeer (IE). Философия данной косметической фирмы стоит в том, что клетка может жить даже 120 лет. Все функции кожи, такие как гидратация и регенерация, кожа может проводить сама, но иногда по какой-либо причине перестает это делать. Задачей косметических препаратов IE является снова вернуть эти функции в рабочее состояние, чтобы все проблемы кожа начала решать сама. Кожа должна перестать „лениться“. Это чем-то напоминает полный ремонт дома. Перед тем как начнем реконструировать фасад дома, сначала позаботимся о несущих стенах, о фундаменте.

деть), и эта фаза проходит 2-3 месяца, а затем наступает так называемый тренировочный этап, когда кожа учится сама не реагировать истерически на какие-либо изменения и проблемы будет решать сама. В последней фазе мы получаем изменения на коже, которые можно видеть невооруженным глазом: кожа стала более эластичной, перестала быть чувствительной, и теперь мы занимаемся только омоложением и будем удерживать такое состояние длительное время. У меня лично и у моих клиенток часто возникает проблема постоянного ощущения сухости кожи. Но благодаря программе гидратации, кожа как будто бы „насыщена“. Проблема с постоянным желанием воспользоваться кремом прошла, и кожа работает так, как она должна работать.

Я довольна предложенным комплексом для регенерации кожи. Я много занимаюсь спортом и отлично знаю, какое имеет значение регенерация кожи. После работы кожа заслуживает отдыха.

логика, простота. Еще со школы я помнила постулат о том, что выработка меланина очень важна в системе защиты от солнечного излучения. Это цветной пигмент, который может поглощать излучение, охранять ДНК, работает против свободных радикалов, помогает выработке витамина Д. Загорелая кожа нас охраняет. Кожа – это самый большой орган нашего тела, она все запоминает и все нам вернет с лихвой. IE использует эту особенность кожи в препаратах Adaptasun.

Могу порекомендовать еще один крем UV Cellium, который защищает клетки, и кожа не стареет от солнечного загара, но и сама «умеет постоять за себя». Что я имею в виду? К сожалению, мы находимся под влиянием СМИ, которые рекомендуют нам наносить на лицо крем с самым высоким фактором, чтобы, не дай боже, ни один солнечный лучик не попал на кожу. Это не совсем верно. Химические факторы работают так, что создают безвоздушный барьер, а меланоциты, клетки которые выпускают меланин, спят и не работают. К сожалению, они не могут доказать, как замечательно умеют сами справиться с солнцем и защитить организм.

Французская косметика является и лидером в области решения проблемы с пигментными пятнами. Интересно, что крем, который мы используем для осветления пигментных пятен, также защищает и заботится о коже. Технология данного крема работает таким образом, что мы не прячемся от солнца, а, наоборот, чем больше оно светит, тем светлее становятся пятна.

Что для меня очень важно, так это совместить уход за кожей в салоне и дома. Важно ходить регулярно в косметический салон, но основа основ – это домашний ежедневный уход.

Сначала необходимо очистить кожу, используя тоник. Потом на кожу набрызгаем специальную воду, которая является основой всех продуктов от IE. Эта вода входит во все продукты от IE, и ее называют энергетическим напитком для клеток. Что необходимо для ежедневного ухода, так это ис-

пользование сыворотки и крема. Не устаю говорить своим клиенткам, что сыворотка – это питание для ваших клеток, а крем – это наклейка. Хотя бы один раз в неделю используйте маску. С масками от фирмы IE можно и спать, что мы в бешеном ритме дня очень и очень высоко ценим.



Если вы хотите сами приготовить маску дома, то вот вам несколько советов:

Маска против морщин

Главными ингредиентами этой маски является время и лимонный сок. Если у вас все под рукой, то беремся за работу. Возьмите хлеб, намочите его в лимонном соке и намажьте кашицу на лицо на 20 минут.

Маска для чувствительной кожи

Из очищенного авокадо изготовим кашу, которую нанесем на лицо на 10 минут.

Маска для очищения кожи

Приготовим прекрасную маску, которая очистит все поры, из овсяной муки. Разведите муку с водой и положите кашу на лицо. Оставьте на лице до полного высыхания. Потом аккуратно смойте теплой водой. Результатом будут чистые поры.

Маска для нормальной и смешанной кожи

Смешайте ложку творога с двумя ложками меда, чтобы получилась однородная смесь, добавьте еще немного молока. Готовую маску разотрите на лице и оставьте на 20 минут. Кожа будет гладкая и упругая.

Маска для жирной кожи

Маска из яблок и корицы чистит кожу, стягивает поры, увлажняет и витаминизирует.

Возьмите одно яблоко, ложку белого йогурта, ложку меда, щепотку корицы, ложку овсяных хлопьев. Яблоко натрите на мелкой терке в кашу, добавьте все остальные ингредиенты, нанесите на лицо на 20 минут.

Маска для сияния кожи

Для сияния кожи нужна белково-медовая маска. 1 белок смешайте с ложкой меда и взбейте до густой пены. Маску нанесите на 10-15 минут.

И последний совет. Ваше хорошее настроение и блестящие глаза – самый лучший рецепт для того, чтобы выглядеть на все сто.

Моника Черна

АЛЛЕРГИЮ МОЖНО ЛЕЧИТЬ ПРИРОДНЫМИ СРЕДСТВАМИ

Забитый нос, першит в горле, кашель, головная боль (без температуры) – все это не всегда признаки простуды. Очень часто это может быть проявлением аллергии.

Аллергия – это на самом деле неадекватная реакция иммунной системы организма. Коротко скажу, что наша иммунная система так долго и много работает, что иногда дает сбой и начинает нас защищать от вещей, которые вовсе не вредят нашей жизни, например птичьих перьев или пыли. Для нашей иммунной системы очень важно состояние печени и тонкого кишечника. В слизистой оболочке тонкого кишечника заканчивается лимфатическая система, которая и вырабатывает иммунные клетки. Плохая микрофлора кишечника приводит к нарушениям выработки иммунных клеток. Еще один риск состоит в том, что токсичные вещества могут проникнуть через слизистую оболочку кишечника в кровь и вызывать аллергические реакции или общее ослабление организма, в том числе хронические воспаления мочеполовой сферы.

Плохое состояние кишечной флоры может быть вызвано потреблением большого количества химических веществ, например в виде лекарств. К сожалению, различные химические вещества также широко распространены в нашей еде и не всегда нами контролируются.



Как мы можем обороняться от возникновения аллергии? Для того чтобы усилить свою иммунную систему и проводить профилактику возникновения аллергии, мы должны питаться природными «био-продуктами». Обыкновенный рафинированный сахар в альтернативной медицине считается одним из главных возбудителей аллергии у детей. Если у нас есть аллергия, то ничего не остается

делать, как принимать лекарства из группы антиаллергенных. Название говорит само за себя: эти лекарства уменьшают аллергическую реакцию, но не лечат ее причину. Классическая медицина не умеет устранить причину аллергии.

Если вы выбираете лечение с помощью альтернативной природной медицины, то ваша дорога не будет спокойной и простой (нельзя будет выпить утром таблетку для блокирования аллергии), но зато этот путь более эффективный. Преимущество этого лечения в том, что за несколько лет вы сможете полностью избавиться от аллергии или уменьшить ее настолько, что перестанете вообще замечать.

Этот метод предполагает, в первую очередь, изменения вашего меню: нельзя потреблять сахар, жареную пищу, химические элементы. Если вы страдаете от аллергии весной, то ваше лечение лучше всего начать уже зимой, и в таком случае аллергия намного уменьшится.

Попробуйте лечение с помощью травяного чая. Чередуите потребление травяных чаев от фирмы «Серафин».

- 1. день – чай для печени Játra**
- 2. день – чай против аллергии Alergie**
- 3. день – чай для желчного пузыря Žlučník**

Советуем всегда принимать 3/4 литра чая в день. Лучше всего пить травяные чаи в течение 6 недель. Рекомендуем принимать вытяжку из почек черной смородины, которая снижает воспаления и уменьшает аллергическую реакцию.

Лечение аллергии нужно повторять каждый год. Если вы испытываете сильные аллергические реакции и принимаете лекарства на базе кортикостероидов, вы должны посоветоваться со своим лечащим врачом, прежде чем начать принимать чай.

Желаем вам терпения и дисциплины для того, чтобы победить аллергию.

Анна Бенедикт, сотрудник фирмы «Серафин».

- Продукцию компании «Серафин» вы можете купить в специальном магазине Léčivé rostliny Tyršova 243 Mariánské Lázně или заказать в отель через интернет-магазин www.serafinbyliny.cz.