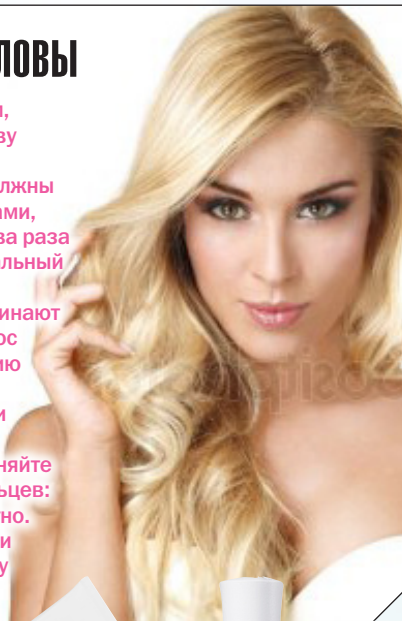


тщательно втереть в основание каждого ногтя, – советует Юлия Малофеева, частный мастер по маникюру. – Для придания более здорового, светлого оттенка втирайте в пластины лимонный сок или делайте с ним ванночки для рук. Еще можно попробовать сеанс парафинотерапии. Эта процедура также укрепляет ногтевую пластину и делает кожу рук нежной и подтянутой. Вещества, содержащиеся в косметическом парафине, активизируют обменные процессы и позволяют питательным компонентам проникать в глубокие слои кожи и ногтей».

Далее можно использовать особые покрытия – лаковое, биогель, гель-лак, которые позволяют тонким ногтям укрепиться. ■

Массаж головы

Каждый день, утром и вечером, тщательно расчесывайте голову массажной щеткой в разных направлениях. Зубья щетки должны быть с закругленными кончиками, чтобы не расцарапать кожу! Два раза в неделю нужно делать специальный восстанавливающий массаж волосяных участков кожи. Начинают его с краевой линии роста волос и продвигаются по направлению к макушке. Массируйте голову крестообразными движениями пальцев: вверх-вниз, затем направо-налево. Затем выполняйте спиралевидные движения пальцев: от центра к периферии и обратно. Усилится эффект массажа, если одновременно нанести на кожу укрепляющую маску.



1. ШАМПУНЬ-КРЕМ DERCOS ПИТАТЕЛЬНО-ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ, VICHY.
2. КАРАНДАШ ДЛЯ УХОДА ЗА НОГТЯМИ И КУТИКУЛОЙ NAIL CARE PEN, ESSENCE.
3. ПОЛИРУЮЩАЯ ПЕНКА ДЛЯ СИЯНИЯ КОЖИ, DR. BRANDT.
4. ТКАНЕВАЯ МАСКА "ПРЕОБРАЖЕНИЕ", ЧИСТАЯ ЛИНИЯ.
5. КРЕМ-МАСКА ДЛЯ СУХОЙ И НОРМАЛЬНОЙ КОЖИ ЛИЦА, iSYSTEM.
6. ЭМУЛЬСИЯ ДЛЯ КОНТУРА ГЛАЗ ANTI-AGE, КВАРТЕТ ЗДОРОВЬЯ.
7. ИНТЕНСИВНЫЙ КОНЦЕНТРИРОВАННЫЙ АНТИВОЗРАСТНОЙ УХОД REDERMIC RETINOL, LA ROCHE-POSAY.
8. УВЛАЖНЯЮЩИЙ КРЕМ ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ РУК, CERAVE.
9. СЫВОРОТКА ХРОНОАКТИВ, DR PIERRE RICAUD.
10. ЛЕЧЕБНОЕ ПОКРЫТИЕ С ЭФФЕКТОМ КАМУФЛЯЖА ULTRA CURE CC-PINK, ULTRA CURE.
11. НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ ЛАКОВ ДЛЯ НОГТЕЙ LOVE ME TENDER, PINK UP.
12. ПИТАТЕЛЬНЫЙ КРЕМ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ КОЖИ NUTRITIC INTENSE, LA ROCHE-POSAY.
13. НАЗВАНИЕ, VIVIENNE SABO.
14. СРЕДСТВО ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ СТЕРЖНЯ ВОЛОСА ИЗНУТРИ FIBER INFUSION С КЕРАТИНОМ, LONDA PROFESSIONAL.
15. РЕГЕНЕРИРУЮЩИЙ КРЕМ POINT, PHFORMULA.