



آیتم آموزش : شناخت انواع پوست و مراقبت زیبایی

جهت ثبت نام و
مشاوره با شماره :
۰۹۱۹۲۸۴۸۸۶۳
۰۲۸۳۳۳۳۶۹۲۳
تماس بگیرید

انواع پوست : نرمال ، خشک ، چرب ، حساس و مختلط .

پوست نرمال :

نه زیاد خشک و نه زیاد چرب هست ، منافذ پوست قابل رویت هست ولی بزرگ یا مسدود نیست ، پس از شستشو نرم و لطیف میشن و به ندرت جوش میزنن .

طرز مراقبت :

روزی ۲ بار با شوینده های ملایم صورت را شستشو میدیم و بعد از اون حتما از مرطوب کننده استفاده می کنیم .

پوست چرب :

اغلب روی سطح پوست چرب و ضخیم هست و منافذ پوست بزرگ ، پوست براق ، به دلیل فعالیت زیاد غدد چربی ، جوش میزنه و آلودگی را بیشتر به سمت خودش جذب میکنه . از محاسن این پوست این هست که دیرتر چروکیده میشه .

طرز مراقبت :

روزی ۲ بار از شوینده های ملایم (غیر چرب و حاوی الکل) استفاده می کنیم و صورت را شستشو میدیم . از لوازم آرایش غیر چرب

با ما در ارتباط باشید ...

استفاده می کنیم .
حتما بعد از شستشو از
مرطوب کننده (هر روز)
استفاده می کنیم . با آب سرد
صورت را شستشو میدیم تا

منافذ بسته بشه و از غذاهای سرخ کرده و شکلاتی کمتر استفاده می
کنیم .

منظور از شوینده ملایم برای پوست چرب ، فوم مخصوص پوست چرب
هست که کاملا سطح پوست را از چربی پاک کنه و چربی های پوست
را از لایه دوم پوست (درم) به سطح پوست بیاره تا پوستی بالانس
شده و ایده آل داشته باشیم .

پوست خشک (نازک و کاغذی) :

هنگام لمس کردن خشکی پوست احساس میشه و منافذ پوست بسیار
ریز هست و به ندرت دیده میشه ، پوست صورت خیلی کم جوش میزنه
و غده ی چربی خیلی کم کار میکنه که پوست خشک هست و معمولا
پوسته پوسته میشه ، این نوع پوست مستعد چین و چروک هستند و
در زمستان خشک تر میشن و خارش پیدا می کنند .

طرز مراقبت :

حتما باید از لوازم آرایش فاقد الکل استفاده می کنیم . هر روز پوست را
چرب و مرطوب می کنیم . با شوینده های
ملایم و غیر صابونی

با ما در ارتباط باشید ...

شستشو میدیم به دلیل اینکه صابون ها حالت قلیایی زیاد دارند و چربی از روی پوست کاملا پاک میشه که باعث خشکی پوست میشه .

از صابون های ملایم که اسیدی بیشتری دارند استفاده می کنیم . از کرم های حاوی آلفاهیدروکسید اسید استفاده می کنیم . این مواد باعث میشه پوست پیلیم بشه و لایه خشک و مرده از روی سطح پوست پاک بشه .

پیشنهاد ویژه برای پوست های خشک :

پس از شستشو با فوم مخصوص ، با پنبه آغشته به روغن بادام یا زیتون را روی کل صورت پخش می کنیم به همراه یک عدد سیب رنده شده (که داخل یخچال گذاشتیم چند دقیقه) به مدت ۱۵ دقیقه روی صورت قرار میدیم و سپس آبکشی می کنیم .

پوست مختلط (ترکیبی) :

این نوع پوست ، قسمتی از پوست مثل گونه ، دور چشم و گردن خشک هستند و قسمتهای دیگه ای از پوست مثل چانه ، پیشانی و بینی چرب هستند . برای این نوع پوست برای هر قسمت باید از ماسک مخصوص همون نوع پوست استفاده می کنیم ، یعنی قسمت هایی که خشک هستند از ماسک مخصوص پوست خشک و قسمتهایی

با ما در ارتباط باشید ...

که چرب هستند از
ماسک مخصوص پوست
چرب استفاده می کنیم .

طرز مراقبت :

با فوم مخصوص پوست خشک شستشو میدیم و با پنبه ی آغشته به
گلاب صورت را پاک میکنیم که در طراوت پوست خیلی تاثیر گذار
خواهد بود .

پوست حساس :

این نوع پوست مویرگ های کنار بینی کاملا مشخص هستند و به
آسانی تحریک میشن و ایجاد خارش و سوزش دارند و خیلی زود قرمز
میشن .

طرز مراقبت :

از صابون استفاده نمی کنیم . از لوسیون ملایم و غیر حساسیت زا
استفاده می کنیم تا پوست تحریک نشه .

چند نکته در رابطه با سلامتی پوست :

۱. آب زیاد بنوشیم تا سموم بدن دفع بشه (حداقل ۱۰-۶ لیوان در روز) .
۲. از کرم های ضد آفتاب استفاده می کنیم که پوست دچار پیری
زودرس نشه .

با ما در ارتباط باشید ...

۳. رژیم غذایی مناسب داشته باشیم ، سبزیجات و میوه های تازه بخوریم . سويا برای پوست بسیار مفید هست .

۴. مشروبات الکلی و سیگار استفاده نکنید . سیگار ویتامین C را از بدن دفع میکند که باعث میشه بافت ارتجاعی پوست کشته بشه و چین و چروک روی پوست نمایان بشه .

۵. ورزش بکنید ، پوست نیاز به تنفس داره . با دویدن یا پیاده روی ساده جریان خون افزایش پیدا میکنه و اکسیژن و مواد مغذی بیشتری به پوست میرسه .

۶. خواب کافی داشته باشید حداقل ۸-۶ ساعت در شبانه روز .

۷. از سس مایونز در فصل زمستان به عنوان مرطوب کننده خیلی قوی میتونیم استفاده کنیم .

امیدوارم از این مطلب بهره کافی را برده باشید .

ویدیو های اختصاصی آموزش آرایشگری ما را در سایت آپارات به نشانی www.aparat.com/hicut تماشا کنید .

با ما در ارتباط باشید ...

صفحه ۵