



**ВЫБОР «ЗДОРОВЬЯ»**

1. Крем **Aquasource Non Stop** от BIOTHERM.
2. Очищающая пенка **Ecume d'Eau Nettoyante** от THALGO.
3. Гель-крем **Hydraskin Light** от D'ARPHIN.
4. Крем **Ultra Moisturizing** от BABOR.
5. Крем **Hydratation** от ESTEE LAUDER.
6. Тоник для лица **Infusion Tonifiante № 5** от GREEN ENERGY ORGANICS.
7. Крем **Superdefense SPF-25** от CLINIQUE.
8. Увлажняющий крем **Hydratation 24** от PAYOT.
9. Увлажняющий тональный крем **Silk Moisture Color** от CEFINE.
10. Антиэйдж-крем **Multi Correxion** от RoC.
11. Крем **Hydreane Riche** от LA ROCHE-POSAY.
12. Флюид **Aqualia Antiox** от VICHY.
13. Лоссон **Look Inside Organic** от SPARTUAL.
14. Эмульсия **Active Hydrating** от OLAY.
15. Масло-крем для рук **Tropical Dew** от ORLY.
16. Гель для мытья лица **Gel De Lavage** от KAMILL.
17. Увлажняющий лосьон **Avojuice** от ORI.

**ПРАВИЛА УВЛАЖНЕНИЯ**

**Очищение**  
При обезвоженной коже лучше не мытьесь водой, а пользоваться насыщенным молочком и увлажняющим лосьоном.

**Не теряя времени**  
Нанесите увлажняющее средство сразу после очищения, то есть еще на влажную кожу. Это удержит воду в верхнем слое эпидермиса и не даст ей испариться.

**Для глаз**  
Крем для лица не годится для ухода за областью век. Эта зона крайне чувствительна, обычные средства могут спровоцировать отек.

**В зоне SPF**  
Стоит помнить, что средства с пометкой «SPF» исполь-

зуют только днем. Ультрафиолетовые фильтры могут закупоривать поры, нарушая функции кожи.

**Внимание на грудь**  
Весной влаги просит не только кожа лица: область декольте и грудь также нуждаются в гидратирующем средстве. Не отказывайте им в этом!

**Питание**  
Даже если кожа сильно обезвожена, не стоит ее увлажнять еще и на ночь. Вечером более уместен хороший питательный крем.

**Забудьте про нос**  
Он меньше всего страдает от обезвоженности, и мазать его увлажняющим средством совершенно ни к чему.

**КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА**



**Ольга ГАНЕЛИНА,**  
директор по связям с общественностью и медицинской коммуникации VICHY

Вода – основная составляющая наших тканей. Но кожа насыщается ею по остаточному принципу. Суть увлажнения в том, чтобы укрепить защитный барьер кожи, повысить упругость и предупредить

проявления процессов старения. Увлажняющие средства могут быть разными. Одни доставляют в глубокие слои кожи вещества, притягивающие молекулы воды, другие укрепляют верхний защитный слой,

чтобы влага не испарялась. Для увлажнения в косметологии часто используют гиалуроновую кислоту или ее производные. Одна молекула гиалуроновой кислоты связывает и удерживает около себя до 500 молекул воды! Именно поэтому сразу же после нанесения кожа становится мягкой, нежной и подтянутой.

**анаферон**

ИММУНОМОДУЛЯТОР С ПРОТИВОВИРУСНОЙ АКТИВНОСТЬЮ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ



Теплой, солнечной, радостной

ВЕСНЫ БЕЗ ГРИППА И ПРОСТУД

Желает вам препарат «Анаферон»

Напоминаем, что «Анаферон» укрепляет иммунитет взрослых и детей и защищает от различных видов вирусов в детском саду, школе, университете и на любой работе.

Для малышей есть специальный «Анаферон детский»

«Анаферон» оберегает от вирусов в любом коллективе!



Информация по телефонам:  
(495) 681-09-30, (495) 681-93-00  
www.anaferon.ru

Реклама. Рег. №: № 003302/01. Рег. №: № 000372/01. Лицензия № 99-04-00002/01 от 29.03.2007 ФСТС/СТС  
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ, ПРЕДПОСЛАВЬТЕ ВОЗМОЖНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ



Здоровье апрель 2010

# Здоровье

ТРЕНД РАСТИТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ

## 10 ШАГОВ ДО ИДЕАЛЬНОГО ВЕСА

ФИТНЕС: ОШИБКИ, КОТОРЫХ МОЖНО ИЗБЕЖАТЬ

РАСПИСАНИЕ КРАСОТЫ: Какие процедуры в каком возрасте?

РАССЛЕДОВАНИЕ МОЗГОВОЙ ШТУРМ: Как заставить голову работать

ТЕСТ: В порядке ли ваши ногти?

**Алена СВИРИДОВА:**  
«ВРЕМЯ ИДЕТ МНЕ НА ПОЛЬЗУ»

**Здоровье**

April