

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/statya/432795>

Тип работы: Статья

Предмет: Медицина (другое)

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 3

Глава 1. Анатомические особенности деликатной зоны век и шеи. 4

Глава 2. Специфика ухода за веками и шеей 5

Глава 3. Выбор средств для ухода за деликатной зоной век и шеи 8

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 11

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 12

ВВЕДЕНИЕ

Кожа – жизненно важный орган покрова человеческого тела. Кожа нуждается в постоянном уходе, поскольку представляет собой защитный слой организма. Она выполняет следующие функции: поддерживает температуру тела, выводит из организма вредные вещества, служит внешним антисептическим покровом, вырабатывает витамин D.

Коже лица уделяется гораздо больше внимания, чем любой другой части тела – и на это есть свои причины. Во-первых, для того чтобы лицо было привлекательным, оно должно выглядеть ухоженным и цветущим. Во-вторых, кожа лица нуждается в особом уходе, так как она постоянно подвергается воздействию солнца, ветра, центрального отопления, а это все сушит ее. Поэтому недостаток влаги необходимо восполнять с помощью увлажняющих и других кремов и лосьонов, которые подходят для определенного типа кожи. В наше время все больше людей обращают внимание на уход за собой и своим здоровьем, в том числе и на уход за кожей лица. Деликатная зона вокруг глаз и на шее, безусловно, заслуживает особого внимания из-за ее тонкости и чувствительности. Благодаря нарастающему интересу к косметологии и красоте, вопросы ухода за этими областями становятся все более актуальными.

Современный образ жизни сопровождается стрессом, недостаточным сном, долгим пребыванием перед экранами мониторов, что негативно сказывается на состоянии кожи, особенно в уязвимых зонах. Борьба с признаками усталости и старения кожи в этих областях требует специализированного ухода и знания эффективных методик.

В данной статье мы рассмотрим важность правильного ухода за деликатной зоной, расскажем о особенностях анатомии век и шеи, а также предоставим практические советы и рекомендации по эффективному уходу.

Глава 1. Анатомические особенности деликатной зоны век и шеи.

Для понимания эффективных методов ухода за деликатной зоной век и шеи важно ознакомиться с их анатомическими особенностями.

Кожа век очень тонкая и чувствительная, с малым количеством сальных желез, что делает ее склонной к обезвоживанию и образованию морщин. Также на этой области кожи отсутствует подкожный слой жира, что делает ее более подверженной утоньшению и потере упругости.

Кожа вокруг глаз чрезвычайно чувствительна к раздражителям, таким как ультрафиолетовые лучи, аллергены и химические вещества, что может привести к раздражению и воспалению. Основные проблемы этой зоны включают в себя морщины, отечность и темные круги под глазами.

Кожа на шее также тонкая, но более подвижная. Она имеет меньшую концентрацию коллагена и эластина по сравнению с кожей лица, что делает ее склонной к образованию морщин и потере упругости. Эта область также чувствительна к внешним факторам, таким как ультрафиолетовые лучи и агрессивные составляющие в косметических продуктах.

Кроме того, избыточное напряжение мышц шеи, например, из-за неправильной посадки за компьютером, может привести к образованию морщин и обвисанию кожи. Проблемы на шее могут включать морщины, потерю упругости кожи и сухость.

Понимание анатомии век и шеи помогает лучше адаптировать методы ухода и выбирать подходящие средства для поддержания здоровья и молодости кожи в этих областях.

Глава 2. Специфика ухода за веками и шеей

Специфика ухода за веками и шеей включает в себя ряд ежедневных процедур и методов, которые помогут поддерживать здоровье и молодость кожи:

1. Очищение:

Для очищения кожи вокруг глаз рекомендуется использовать мягкие средства, специально предназначенные для этой области. Желательно выбирать гипоаллергенные и безопасные формулы, которые не раздражают глаза и не вызывают сухость.

Очищение кожи на шее также важно для удаления загрязнений, макияжа и избыточного себума. Лучше использовать нежные очищающие средства или мицеллярную воду, чтобы избежать пересушивания кожи.

2. Увлажнение:

Увлажнение кожи вокруг глаз помогает предотвратить сухость, шелушение и появление морщин.

Рекомендуется использовать специализированные увлажняющие кремы или гелевые текстуры, легко впитывающиеся и не вызывающие раздражения.

Наносить увлажняющий крем на шею желательно после очищения для сохранения ее гладкости и эластичности. Важно уделять особое внимание области под подбородком и на зоне декольте.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Александрова, А. А. Салонный уход без хлопот [Текст] / А. А. Александрова – М. – 2010 – С. 290.
2. Булгакова, И. В. Косметология от А до Я [Текст] / И.В. Булгакова – Ростов-на-Дону: 2012 – С. 285.
3. Дрибноход, Ю. Ю. Косметология [Текст]: учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Ю. Ю. Дрибноход. – Изд. 9-е, доп. и перераб. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2013. – С. 779.
4. Клаучек, С. В. Физиология стареющего организма / С. В. Клаучек, Е. В. Лифанова. – Волгоград: Волгоградский государственный медицинский университет, 2007. – 42 с.
5. Книга о лице и теле: Практическое руководство по уходу за внешностью: Пер. с англ. / Под ред. М. Стоппард. – Москва: Моск. палитра: Фирма "Полис-пресс", 1994. – С. 255.
6. Остроумова, Е. Б. Основы косметологии. Макияж: учебное пособие для СПО / Е. Б. Остроумова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – С. 176.
7. Слепцова, А. С. Уход за кожей лица / А. Слепцова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002. – С.155.
8. Татура, Ю. В. Уход за кожей лица и тела: Тонкости, хитрости и секреты. – Бук-пресс, 2006.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/statya/432795>