

# Kevadesse klaari näoga

SXC.HU

## Ka näonahale on kasulik teha kevadine suurpuhastus.

Lõpuks ometi on käes aeg, mil paukua pakase asemel on õues kevadine päike. Koos kevadlilledega tärkab igas naises soov ka ise välja näha elurõõmus ja kaunis. Ent tänavune talv oli eriti karm. Kuude kaupa väljas valitسنud tugevad miinuskraadid, vähesem väljas viibimine ning ebatervislikum toitumine talvisel perioodil on jätnud oma jälje ka näonahale. See näeb välja väsinud, kuhtunud, elutu.

## Puhastumine nii seest kui väljast

Seda tõdemust kinnitab ka Pariisi Vee tootejuht ja koolitaja Irma Viidalepp. Kui sügiskuu ajal pöörduvad kliendid tema poole murega, et näonahk on liiga kuiv ning suvel teeb enam muret päikesest kahjustunud nahk, siis kevadel on klientidel vaid üks mure: ma näen liiga väsinud välja.

Alustada tuleks suurpuhastusest. Just nii, nagu me kevadel ka oma kodu kraamime ja värskendame. Puhastus peaks olema nii sees- kui välispidine. Talvised rammusad road tuleks vahetada kergete vastu. Kes vähegi soovib ja suudab, võiks läbi viia paastukuuri või leida endale sobivad organismi puhastavad tooted apteegist loodustoodete reast.

Näonaha puhastamisele tuleks pöörata veelgi enam tähelepanu. Just igapäevane rutiinne näopuhastus ning vajadusel koorimine on see, mis hoiab ära suuremad probleemid. Kui talvel on väga tähtsal kohal näonaha toitmise, siis kevadel tuleks pigem mõelda vitamiinide peale, mida saame nii toidu kui ka kosmeetiliste seerumite kujul.

Ka ei maksa kevadel ära unustada näonaha niisutamist. Tuuliste kevadilmadega väheneb näonaha pindmine verevarustus, mis muudabki näonaha tuhmiks ja elutuks. Selle vältimiseks tuleb näonahka korrapäraselt kreemitada niisutava kreemiga.

Peale UVB- ja UVA-filtrite peaks kreem sisaldama ka vitamiine. E-vitamiin kaitseb meid ultraviolettkiirguse eest ja aitab ära hoida näonaha enneaegset vananemist. Lisaks võiks kreemis olla A-vitamiini, mis väldib naha kuivamist ja annab sellele puhtama jume. C-vitamiin aitab parandada naha mikrovereringet, B5-provitamiin aga niisutab nahka.



Temperatuurikõikumiste vastu kaitsevad nahka kreemides sisalduvad antioksidandid-vitamiinid, samuti mikroelemendid seleen ja tsink.

Ja kui muidu ei ole soovi, aega ega raha lasta end hubases kosmeetikasalongis hellitada professionaalsete toodetega, siis just kevad on ainuõige aeg, mil võiks seda kas või korra enesele lubada.

## Mida tehakse salongis?

Salongihoolitus on tavapärasest koduhoolitsemisest mitu korda tõhusam ja selle mõju pikaajalisem. Selle tagavad eelkõige professionaalsed ja kvaliteetsed tooted, aga ka arvestamine teie näonaha omadustega.

Hoolitus algab alati näonaha puhastamisega, millele järgneb koorimine, aurutamine ning seejärel vastavalt nahatüübile hapnikuga rikastatud, jääkaineid väljutav või mõne muu toimeainega sügavpuhastav mask. Lõppkokkuvõttes tagab protseduur ilusama jume, siledama naha ning vähenevad ka miimikakortsud.

Ise valisin endale paljude võimaluste seast kevadeks professionaalse näohooldussarja Equavie toodetega tehtava näohoolduse. Equavie on naturaalne Prantsuse nahahooldusbränd, mis on inspiratsiooni saanud Vahemere taimestiku mitmekesisusest.

Sarja tooted sisaldavad vähemalt 95% ulatuses orgaanilisi koostisosi ning neis ei ole kasutatud säilitus-, lõhna- ega värvaineid. Kvaliteedimärgina on Equavie toodetel sertifikaat, mis tagab selle, et tegu on tõepoolest orgaanilise kosmeetikaga.

Lisaks tavapärasele hoolitsemisele puhastus-koorimine-toitemask sisaldab see hoolitus ka massaaživõtteid ja aroomteraapiat. Hoolitus algab kergete massaažiliigutustega, mis on inspireeritud nii joogast kui Tai massaažist.

Massaaži eesmärk on elustada vereringet, see omakorda aitab tõhusamini vabaneda jääk- ja mürgainetest. Aroomteraapia võtted, mida hoolitsemisel kasutatakse, aitavad mõtted argimuredest eemale viia. Tulemuseks on veelgi lõdvestunum ja pingevabam nahk ning ka vähem miimikakortsse.

Hoolitsemise käigus kasutatakse spetsiaalseid seerumeid ja kreeme, mille kosmeetik valib välja vastavalt nahaprobleemile. Lisaks on võimalik kosmeetiku käest saada Equavie tootesarja toidulisandeid, mis aitavad näoprobleemidele veelgi kiirema lahenduse tuua. Toidulisandikapsleid on nii vananeva kui probleemse naha jaoks. Lisaks kapslid, mis on spetsiaalselt mõeldud aitamaks organismi tõhusamalt päikese käes viibimiseks ette valmistada.

Hoolitus lõpeb tatrajahu sisaldava eheda leivalõhnalise kummimaskiga ning lõdvestava näomassaažiga. Pärast hoolitsemist on enesetunne tõeliselt värske ning puhanud ja tuhm näonahk on vähemalt selleks kevadeks kadunud.

## Enese eest hoolitsemine tagab täiusliku ilu

Miski ei tule kerge vaevaga. Nii nagu talvel peidus olnud praht kevadise lumelulaga nähtavale tuleb, ilmutavad kevadpäikesega end ka nahaprobleemid. Tark ei ole tormata jumet parandama solaariumisse või turgutada kahvatut nahka isepuunistavate kreemidega. See ainult varjab probleeme.

Pigem tuleks alustada sobivate näohooldustoodete valimisega – kas siis omaenese tarkusest või kosmeetiku abiga. Praegu on selleks just õige aeg, sest mis oleks kevade tähtsuse juures veel parem kui päikesega kaasa sõruda.

**JAANA UUSTAL**