

## میزان استفاده از کرم های آرایشی و درمانی

میزان استفاده از کرم های آرایشی و درمانی به نوع کرم و نیازهای شما بستگی دارد اما برای هر نوع کرم مقدار مشخصی وجود دارد که باید استفاده کنید تا بهترین نتیجه را بگیرید.

به گزارش سایت خبری پرسون، داشتن آرایش ساده برای افزایش زیبایی ظاهری اهمیت بسیار زیادی دارد. بسیاری از خانمها در ایام عید هر روز آرایش کرده یا از وسایل های مراقبتی پوست استفاده می کنند. اگر شما هم جزو این دسته از افرادید، در این بخش به شما مقدار استفاده از انواع کرم ها و وسایل آرایش را می گوئیم.

میزان استفاده از کرم ضد آفتاب

۱/۴ قاشق چای خوری فقط برای صورت

استفاده از کرم ضد آفتاب، بهترین روش برای محافظت از پوست در برابر پرتوهای آسیب زای نور خورشید است. برای پوشش دهی کامل پوست به ضد آفتاب باید ۱ تا ۲ بند انگشت (نصف قاشق چای خوری) از ضد آفتاب را برداشته و علاوه بر کل صورت (بجز دور چشم و روی لبها) بر روی گردن و گوش نیز بزنید. نصف قاشق چای خوری برای صورت گردن، یک قاشق چای خوری برای برای کمر و شانه ها، یک قاشق چای خوری برای دست ها، یک قاشق چای خوری برای ساعدها و دو قاشق چای خوری برای پاها.

میزان استفاده از شوینده

به اندازه یک سکه متوسط

آلاینده ها و گرد و غبار، مهم ترین عوامل آسیب به پوست، ایجاد جوش، التهاب، چین و چروک و... هستند پس آرایش خود را پاک کنید، مقداری به اندازه یک سکه متوسط از شوینده را بر روی پوست صورتتان ماساژ دهید سپس آن را با آب با دمای ملایم بشویید.

میزان استفاده از میسلارواتر

به مقدار زیاد

میسلار واتر یک محلول پاک کننده بر پایه آب و فاقد الکل و پاربن است که برای پاکسازی و آبرسانی پوست مورد استفاده قرار می گیرد. دو بار در روز (یک بار صبح و یک بار شب) مقدار مناسبی از محلول میسلار واتر را روی پنبه بریزید و به آرامی روی سطح پوست خود بمالید.

میزان استفاده از اسکراب

به اندازه یک سکه متوسط

استفاده از اسکراب یک راه عالی برای لایه برداری پوست و حذف سلول های مرده پوست است که می تواند به بهبود ظاهر پوست شما کمک کند. برای استفاد از اسکراب به اندازه یک سکه از آن را پس از پاک کردن پوست روی آن ماساژ دهید و صورت را آبکشی کرد و مرطوب کننده بزنید. از اسکراب صورت ۲ تا ۳ بار در هفته استفاده کنید، اسکراب بدن را می توان ۱ تا ۲ بار در هفته استفاده کرد.

میزان استفاده از ماسک

به اندازه یک سکه متوسط

این روزها، ماسک های صورت تنوع زیادی دارند. همیشه برای استفاده از ماسک صورت از دستورالعمل نوشته شده روی بسته بندی آن پیروی کنید. ماسک های صورت اغلب حاوی مواد فعالی هستند که نباید برای مدت زمان طولانی روی پوست باقی بمانند. در غیر این صورت، می توانند برای پوست

مضر باشند.

میزان استفاده از کرم دور چشم

اندازه یک دانه برنج برای هر چشم

چروک، سیاهی و پف دور چشم از مواردی است که زیبایی چهره را تحت تاثیر قرار می‌دهد. به همین خاطر استفاده از کرم دور چشم از مواردی است که باید حتما جدی بگیرید. در هنگام استفاده از کرم دور چشم، تنها اندازه یک دانه برنج برای هر چشم توصیه می‌شود.

میزان استفاده از تونر

۴-۵ قطره

تونرها محلول‌های آبی مانند و زیر ساز مناسبی هستند تا سایر محصولات مراقبتی پوستی تاثیرات مفیدی بر پوستتان بگذارند بهتر است صبح‌ها و شب‌ها بعد از شستشوی صورت تان از تونر استفاده کنید. ۴ یا ۵ قطره از تونر را بر روی پنبه یا پد تمیز بریزید و آن را آهسته به صورتتان بکشید.

میزان استفاده از سرم درمانی

۳-۴ قطره

انواع سرم پوست حاوی ترکیبات مغذی و تقویت کننده هستند که برای پوست‌های آسیب دیده و حساس مورد استفاده قرار می‌گیرند. مقدار مناسبی (حدود ۳ یا ۴ قطره) از سرم را روی پوستتان ریخته و اجازه دهید به منافذ آن نفوذ کند، سپس با حرکات آرام انگشتانتان تنها سرم را روی پوست پخش کرده و اجازه دهید به تدریج جذب آن شود.

کرم درمانی

اندازه یک نخود برای کل صورت

اگر از کرم‌های درمانی استفاده می‌کنید، اندازه یک نخود کرم برای کل صورت کافی است، برای استفاده از کرم‌های درمانی از دستورالعمل نوشته شده روی بسته‌بندی آن پیروی کنید.

میزان استفاده از ضدجوش

یک عدس

برای درمان جوش‌ها کرم ضد جوش را با یک گوش پاک کن به اندازه یک عدس بر روی محل جوش یا جای جوش بزنید، به طوری که روی همان ناحیه را بپوشاند.