



Согревшись под теплыми солнечными лучами и расслабившись от шелестящих звуков ласковых морских волн, несложно случайно задремать и получить некрасивые и болезненные ожоги. Как только нервные окончания кожи начинают скандировать «SOS!», нужно бросить все силы на ее спасение и лечение.

Первым делом остудите обгоревшие места, приняв прохладную ванну с эфирными маслами или крахмалом. Не пользуйтесь моющими средствами и не вытирайте мокрую кожу полотенцем. Откажитесь от охлаждающего льда или растворов на основе спирта: они ускоряют появление волдырей. Смажьте обожженные места специальной мазью или кремом после загара, чтобы предотвратить шелушение и зуд. За неимением мази от ожогов можно обратиться и к «бабушкиным» средствам.

В первую очередь нужно сохранить на коже живительную влагу. В этом вам поможет йогурт или сметана, но если ожоги сильны, то лучше смазать тело подсолнечным маслом. Облегчите страдания кожи кефиром, намазав его на обожженные участки на полчаса и смыв прохладной водой. Компрессы из зеленого чая, желателно с соком алоэ, или картофельный сок тоже неплохо справятся с этим заданием. На кожу лица стоит нанести тертый огурец и оставить его на 20 минут.

Закончив с первой помощью для кожи, можно сделать пару полезных питательных масок. Смешайте 2 ложки сметаны, ложку масла и яичный желток и нанесите эту «микстуру» на кожу минут на 15. Повторяйте процедуру каждый час. Эту маску можно заменить теплой овсяной кашицей.

Невыносимую боль убейте обезболивающим. Пейте много чистой воды и избегайте солнца. При появлении первых признаков теплового удара сразу же обратитесь за медицинской помощью. Не лопайте появляющиеся волдыри. И помните - не стоит спать под солнцем.

[Свадебный фотограф Москва](#) город, в котором он предлагает вам свои услуги. Сейчас довольно много людей занимается фотографией, но на свадьбу нужен именно профессионал. Наш фотограф сделает именно оригинальные свадебные фотографии, которые будут напоминать о знаменательном событии