



То, как мы выглядим, состояние нашего лица зависят только от нас. В наших силах максимально поддержать молодость нашего лица. Избавиться от морщин и избегать их появлений, а также увеличить упругость и внешний вид кожи поможет массаж лица.

Косметический массаж лица помогает лишней жидкости и жирам, скопившемся под кожей, выйти наружу. Также массаж лица усиливает циркуляцию крови, уменьшает отечность лица. Плюс ко всему кожа начинает приобретать приятный оттенок и сияющий вид, делает ее моложе и придает упругости. Также нормализуется обмен веществ.

Польза от такой процедуры неоспорима. Делать массаж лица на дому довольно просто. Прежде, чем начать массаж, стоит очистить кожу тоником и смыть чистой водой. После этого следует наложить теплый компресс на лицо, что позволит расшириться сосудам, тем самым больше полезных веществ впитается в кожу. Смажьте руки маслом, чтобы легче скользили по коже.

Существуют главные направления, по которым выполняется массаж лица: кожа тут наиболее упругая и поэтому выдерживает большие нагрузки.

Во-первых, движения производить от середины лба к вискам, затем от переносицы к кончику носа и от уголков рта по щеке к ушам. Массаж от кончика носа к ушам, оказывает огромный расслабляющий эффект. Во время одного сеанса необязательно делать все виды упражнений, можно сократить до двух. Завершающий этап массажа - легкое тонизирующее поглаживание кожи сверху вниз.

Вы намерены сделать подарок любимой женщине, но не можете выбрать что-либо конкретное? Поверьте, есть отличный вариант. Невероятно красивое [ожерелье из жемчуга цена](#) которого на удивление доступна даже рядовому покупателю, сделает дорогого вам человека еще прекраснее.