



Ни для кого не секрет, что лазерная косметология и круговая подтяжка не всегда являются наилучшим вариантом для омоложения кожи. Порой аналогичных результатов легко можно достичь с помощью массажа лица. Стоит отметить, что массаж помогает поднять и подтянуть лицевые мышцы, улучшить кровообращение, избавиться от отечности, а также снять стресс и напряжение.

Лучше всего начинать утренний массаж сразу же после пробуждения. Наиболее эффективным против морщин считается круговой массаж. В качестве массажного масла рекомендуется использовать увлажняющий лосьон. Помните, что круговые движения должны быть достаточно нежными. Не стоит затягивать с круговым массажем - минут двадцать и не более того. Правда некоторые женщины считают, что лучше такие процедуры делать в косметическом салоне. Тогда нужно довериться рукам столичных косметологов. К примеру, в таких городах, как Москва и [киев косметология](#) находится на очень высоком уровне.

Ну а для тех, кто доверяет своим рукам, стоит перейти к другому варианту массажа. Обязательно попробуйте прихлопывания. Таким нехитрым способом вы сможете стимулировать приток крови. Похлопывать лицо лучше подушечками пальцев, предварительно нанеся сыворотку на лицо. Такой массаж не должен длиться дольше двадцати секунд. Отличным вариантом станет массаж с применением большого количества увлажняющих масел. Для этого можно использовать масло жожоба или абрикоса. Кожу следует поглаживать вдоль скул по направлению вверх. Процедура длится пару минут. Затем руками нужно разглаживать лоб и массировать кожу подбородка. Стоит отметить, что лучшим способом борьбы с морщинами также является точечный массаж.