



Наша кожа имеет несколько слоев, в том числе защитный, который имеет свойство накапливать омертвевшие частицы. Эти клетки делают кожу тусклой и жесткой. Кожа обновляется каждые 60 часов, то есть 3-4 дня. Ороговевшие клетки самостоятельно покидают поверхность кожи, но иногда им нужна помощь.

Для этого и нужны скрабы, которые содержат не только отшелушивающие частички, но и увлажняющие компоненты.

Выбирая косметические средства для борьбы с целлюлитом, в торговых центрах вас может заинтересовать и [детская одежда интернет-магазин в Самаре](#), предлагающий широкий ассортимент качественных товаров для детей, может избавить вас от длительных поисков покупок для своего чада. Также и лечебную косметику можно приобрести в интернет-магазинах, но прежде ознакомьтесь с составом и сроком годности товара.

Правильно наносить скраб, двигаясь снизу вверх, от стоп к бедрам, и массируя живот по часовой стрелке - значит усиливать дренаж тела, который способствует выведению лишней жидкости, устранению застоя в лимфатической системе, из-за которого и появляется целлюлит. Антицеллюлитные кремы, лосьоны и гели наносят только на чистую кожу после ванны или душа. Жесткая мочалка или легкий массаж струями воды улучшают кровообращение.

А вот механика массажа отличается в зависимости от используемого средства.

Нанесение масел и кремов предусматривает долгий массаж, а вот лосьоны и гели действуют уже через минуту. Движения при этом должны быть разминающие, надавливающие и скручивающие. Используйте антицеллюлитные средства, повышающие упругость, каждый день, массируя кожу в течение 2-3 минут. Пейте больше воды, особенно если средство - кофеин.