

Картофельная маска для лица

Картофельная маска проста в приготовлении и применении. Она помогают улучшить состояние кожи любого типа у женщин разного возраста.

Польза картофеля для лица

Кожа, как и другие ткани живого организма, нуждается в питании и лечении - применение картофеля для этих целей определяется его богатым химическим составом.

Корнеплод содержит:

1. Крахмал (от 15 до 25%, в зависимости от сорта). При воздействии на эпидермис тонизирует его, оказывает отбеливающее воздействие.
2. Белки, пектины - обеспечивают питание кожи.
3. АНА кислоты (щавелевую, лимонную, яблочную) - оказывают противовоспалительное, ранозаживляющее воздействие, участвуют в поддержании гидробаланса тканей, усиливают обмен веществ в клетках, способствуют омоложению кожи.
4. Витамины группы В, РР, С - снижают гиперфункцию сальных желез, способствуют образованию коллагена.
5. Микроэлементы - участвуют в обменных процессах клеток тканей.
6. Лютеин - пигмент, УФ-протектор.

Наряду с полезными соединениями, клубни содержат ядовитый алкалоид соланин.

Это вредное вещество скапливается в зеленых областях под кожурой и возле глазков - эти части нельзя использовать в картофельной маске для лица.

Рецепты домашних масок для лица из картофеля

Необходимо помнить, что каждому человеку подходит и нужна своя картофельная маска, поэтому прежде чем использовать рецепт, убедитесь, что он ориентирован на ваши проблемы и тип кожи.

При приготовлении любого косметического средства из клубня пригодится следующая информация:

- кожура корнеплода богата целебными веществами, поэтому ее следует срезать тонким слоем (правило не касается зеленой корки - она подлежит полному удалению);
- не размачивайте картофель и не варите его в большом количестве воды - при этом в раствор уходит большая часть полезных соединений;
- кислоты, содержащиеся в овоще, могут вступать в реакцию с металлами, поэтому составы лучше готовить в керамической или стеклянной посуде;
- блендер слишком сильно измельчает мякоть, ее будет неудобно использовать;
- ярко окрашенные сорта картофеля богаче полезным содержанием, чем белые, и в них образуется меньше соланина;
- не храните смесь для масок долго - она потемнеет и испортится;
- для облегчения процесса нанесения состава на кожу добавляйте в него немного муки для густоты;
- маски эффективно воздействуют на очищенную кожу;
- перед процедурой раскройте поры лица с помощью паровой ванночки.

Маска из сырого картофеля

Для приготовления этого средства понадобятся:

- одна сырая картофелина;
- 3-4 марлевые салфетки;

Положите корнеплод на 2-3 часа в холодильник, чтобы он остыл до температуры 3-5 °С; натрите его мелко на терке и частично слейте сок в отдельную посудину. Смочите в этом соке марлевые салфетки и разложите на них оставшийся картофельный жмых.

Примите горизонтальное положение и аккуратно расположите полученные компрессы на лице, не избегая области вокруг глаз. Расслабьтесь и полежите так 15 минут под приятную музыку.

Удалите картошку, для лица приготовьте прохладную воду и смойте ею остатки маски. Нанесите на лицо витаминный крем, двигаясь по массажным линиям.

Кожа становится более светлой и подтянутой. Сырой картофель восстанавливает гидробаланс эпидермиса, в результате чего отеки около глаз уменьшаются.

Маска из вареного картофеля

В состав этой маски входят:

- сладкий картофель;
- подогретое молоко;
- измельченные овсяные хлопья.

Сварите батат среднего размера в мундире, очистите и разомните до состояния кашицы; добавьте в пюре такой же объем теплого молока и столовую ложку толченых овсяных хлопьев.

Тщательно перемешайте компоненты и нанесите смесь на кожу лица.

Через 15 минут смойте состав водой, имеющей температуру 30-40°C, при необходимости воспользуйтесь кремом.

Цель процедуры - глубокая чистка кожи.

Маска из свежего картофеля

Для приготовления этой смеси используется картофель нового урожая, который не успел полежать после сбора. Клубень, недавно изъятый из земли, содержит большой запас полезных соединений в самой высокой концентрации.

Состав:

- один молодой корнеплод;
- огурец среднего размера.

Овощи измельчите на терке и смешайте друг с другом. Нанесите состав на лицо и оставьте на 15 минут. После этого смойте прохладной водой и напитайте кремом.

Кожа получает заряд бодрости, ровный тон и здоровое сияние.

Маска с картофелем от морщин

Картофельная маска для лица от морщин готовится из:

- одного вареного картофеля;
- белка одного яйца;
- сливок (можно взять молоко большой жирности).

Разминаем корнеплод в кашу, добавляем к ней молоко (сливки) так, чтобы получилась консистенция густого теста для оладьев. В отдельной посуде взбиваем белок и постепенно смешиваем его с пюре.

Половину приготовленного состава равномерно распределяем по лицу и оставляем на 5 минут. После этого намазываем сверху оставшейся смесью и ждем еще 10 минут.

Маску от морщин рекомендуется смывать теплой водой, а завершать процедуру - холодной (или протереть лицо кубиком льда) - это тонизирует и молодит кожу, а также суживает поры.

Маска из картофеля и сметаны

Питательное, нежное средство, в состав которого входят:

- один клубень, сваренный в мундире;
- сметана высокой жирности;
- оливковое масло (вместо него можно взять жирное домашнее молоко и сливочное масло).

С помощью толкушки готовим пюре из очищенной картофелины и, пока оно не остыло, добавляем в него столовую ложку молока и чайную ложку сливочного масла. После этого вводим в смесь сметану в пропорции 1:1.

Удобно ложимся, наносим состав на лицо (можно усилить эффект от процедуры, если сверху положить полотенце) и отдыхаем 15 минут.

Смываем маску поочередно прохладной и теплой водой, смазываем лицо кремом для ежедневного ухода.

Маска из картофеля и меда от прыщей

Каждый из компонентов этой смеси в отдельности обладает мощным антисептическим действием, а в соединении они дают усиленный эффект.

Для картофельной маски от прыщей вам понадобятся:

- один сырой корнеплод среднего размера;
- чайная ложка меда.

Клубень очищаем, измельчаем на терке и смешиваем с медом. Полученной смесью покрываем лицо и не трогаем ее 10 минут.

Затем смываем состав и наносим легкий крем.

В результате процедуры кожа очищается, при этом снимается раздражение и воспаление, стихает зуд.

Маска из картофеля и яйца

Чтобы приготовить этот состав, надо взять:

- один сладкий картофель;
- яйцо (куриное или перепелиное);
- оливковое масло.

Яйцо взбиваем миксером до густоты сметаны, клубень мелко натираем и смешиваем с яйцом. Добавляем в пюре немного оливкового масла и накладываем маску.

Через 15 минут смываем ее водой и наносим крем по массажным линиям.

Маска имеет эффект лифтинга, приятно подтягивает кожу и осветляет.

Маска из картофеля для сухой кожи лица

С целью подпитать и увлажнить кожу лица приготовим маску из таких ингредиентов:

- одна картофелина среднего размера;
- столовая ложка сливок;
- чайная ложка косметического масла.

Сваренную в мундире картошку разомните вилкой в кашу и добавьте туда сливки и масло. Пока смесь не остыла, нанесите ее на лицо и оставьте на 20 минут.

Затем смойте маску и дополнительно увлажните лицо специальным кремом.

Маска из картофеля для жирной кожи лица

Для приготовления этой маски берем:

- один сырой клубень;
- белок яйца;
- столовую ложку лимонного сока;
- столовую ложку светлого пива;
- марлевые салфетки.

Измельченную на терке картошку смешиваем со взбитым белком и соком, в конце добавляем пиво. Смесь получается жидкая, поэтому удобно делать из нее компресс на марлевых салфетках на 15 минут. Можно обрабатывать составом также и шею.

Затем снимаем салфетки и ополаскиваем кожу теплой водой.

Маски рекомендуется делать два раза в неделю.