



Čo zaberá z kuchyne:

- Proti opuchom použite vyľúhované vrecká čierneho čaju. Odložte ich na chvíľu do chladničky a priložte na oči.
- Do chladničky si môžete dať aj krém na oči. Ráno si ho naneste v hrubšej vrstve. Chlad a výživné látky podporia prekrvenie a zbavia opuchov.

Ako zabrániť vráskam:

- Vyhybajte sa nadmernej mimike, slneniu, výkyvom hmotnosti, fajčeniu a stresu. Únava sa ako prvá prejaví na pleti v okolí očí.
- Pravidelne – raz do mesiaca si doprajte kozmetické ošetrenie a v rámci neho aj špeciálne ošetrenie očného okolia s použitím ampuliek s minerálmi a vitamínmi. Pripomíname, že mikromasáž očného okolia vám môže urobiť len vyškolená kozmetička, ktorá presne pozná smer lymfatického odtoku. Ak je táto masáž dobre urobená, opuchu sa zbavíte aj na niekoľko dní či dokonca týždňov. Ak je však neodborná, môže poškodiť.
- Pokožku v okolí očí si zbytoč-

Nerobte si vrásky

Vrásky, kruhy, opuchy, vačky – vyrátali sme azda všetko, čo ohrozuje krásu našich očí. Prítom pri súčasnej úrovni kozmetiky tieto problémy vôbec nemusíme mať.

SILVIA LISPUCHOVÁ



YSTHEAL Contour des yeux, krém proti vráskam AVÈNE, 807 Sk



Uvoľnite sa...



... a vymažte vrásky

FOTO: LAJSLAV PRHLEK

ne nešuchajte, nenaťahujte, napríklad pri krémovaní, nepoužívajte ani agresívne odličovacie preparáty. Voľte si prípravky špeciálne určené na ošetrovanie okolia očí, ktoré oči ne podráždia, pleť čistia, v prípade krémov vhodne vyživujú.

■ Ženy po tridsiatke by nemali večer soliť, ak sa ráno nechcú zobudiť s opuchnutými očami. Opuchy totiž navyše spôsobujú vyfáhanie kože a následne vrásky.

Ako sa zbaviť vrások, ktoré už máme:

- V prvej fáze boja proti vráskam sú veľmi účinné dobré krémy a vysokokonzentrované séra.
- V druhej fáze prichádza na rad účinná pomoc bez skalpela, za

predpokladu, že sa nebojíte vpichov. Na výber máte botulotoxín, ktorým sa dosiahne uvoľnenie napätia v svaloch, napnutie pleti a vyhladenie vrások. Alebo kyselinu hyalurónovú, ktorá vrásky vyplní, či mezoterapiu, pri ktorej sa do pokožky aplikuje roztok plný vitamínov a koenzým. Samozrejme, aj ich vzájomná kombinácia, ale to vám už poradia na kozmetickom pracovisku, ktoré navštívite.

■ V poslednej fáze, ktorá začína byť aktuálna od štyridsiatky nahor, nastupuje plastika dolných a horných viečok. Keďže už ide – na rozdiel od spomínaných – o radikálny zákrok, treba ho dobre zvážiť. ■

Protivráskové okuliare

Vrásky sa dajú vyhladiť aj touto novinkou. V pokoji sa uложите, nasadíte si masážne okuliare a po piatich minútach si v zrkadle overíte efekt. Iste, tak rýchlo

to zas nejde, ale po desiatich sedeniach – jedno ošetrenie stojí 200 korún – by sa výsledok už mal ukázať. „Okuliare fungujú na princípe overenej čínskej medicíny. Jemné vibrovanie stimuluje konkrétne akupresúrne body očného okolia, čo zaberá proti bolesti hlavy, únave očí a súčasne vyhladzuje vrásky,“ vysvetľuje kozmetická poradkyňa Maja Volková.



Gélové kvapky na unavené oči, VISINE, 112 Sk



Liftingový očný krém, AA PRESTIGE 599 Sk



Krém na očné partie BALEA, 99 Sk



Očný krém proti vráskam Q 10 ACTIVE, NIVEA, 525 Sk



Odličovač očí, ALVERDE, 79 Sk



Očný krém na omladenie pleti DNAge redukuje vrásky a opuchy, NIVEA, 379 Sk



ŠARM41