حلولاً جمالية يجدر بك اتباعها في 2018

◄يزخر العام 2018 بنصائح جمالية لا حصر لها، إذ ستكونين على أهبة عام جديد من الإنجاز والإطلالة المميزة، ما يحتم عليكِ اتباع هذه الطُرق والحلول للوصول للنتيجة المرجوة. لربّما لن تختلف هذه النصائح كثيراً عما كانت عليه في أعوام سابقة، بيد أنّ التعويل قائم على إكسابكِ روح العام الجديد من خلال حلول مكياج مبتكرة وأفكار مميزة للشعر والإطلالة الجمالية ككلّ.

القاعدة الأولى التي تجدر بكِ مراعاتها، مهما كانت في حالة من التعب والإعياء، هي مسح ماكياجك ليلياً، لئلا تتعرّض خلايا بشرتكِ للتلف والتصبغات. احرصي على إزالة ماكياجكِ بشكل مستمر، مستخدمة الغسول المناسب لنوع بشرتكِ، واحرصي أن تكون إزالة ماكياج العينين على وجه الخصوص بطريقة صحيحة لا تؤذي داخل العين لاحقاً.

مثلما تولين المستحضرات التي تبتاعين العناية، فتحرصين على أن تكون من مصدر موثوق ومن أسماء تجارية مرموقة، فإنّه يجدر بكِ كذلك الحرص على طريقة تطبيقها بشكل صحيح. إن لم تكوني متمرسة بعد في هذا، فلديكِ خبيرة تجميل بوسعها أن تعينكِ على ذلك. تذكري أنّ تطبيق الماكياج بأسلوب سليم لا يقل أهمية على اختياركِ للمستحضر.

القاعدة الثالثة التي يجب ألّا تفوت، هي في استخدام مستحضر الوقاية من الشمس بطريقة دائمة. بمعنى أنّ عليكِ وضعه على بشرتكِ يومياً، لتقي ذاتكِ من أشعة الشمس. تذكري أنّ ثمة أيام غائمة؛ لكن الشمس هناك في كلّ الأحوال. لذا استخدميه بشكل يومي مهما ارتأيتِ أن لا داعي لذلك.

عليكِ أيضاً ألّا تنسي العناية بجسدكِ، إذ التقشير والترطيب واستخدام المستحضرات التجميلية، كلّها من أساليب العناية بجسدكِ مثلما هو الحال في وجهكِ وشعركِ. احرصي على إيلاء جسدكِ العناية التجميلية الكافية واشربي كمية كافية من الماء طوال الوقت.

اخبري نوعية بشرتكِ جيّداً: هذه واحدة من المفاتيح الرئيسة للعناية بجمالكِ. احرصي على معرفة نوعية بشرتكِ بدقة، لأنّ جميع ما يترتب على هذه الخطوة من تنظيف واختيار مستحضرات وترطيب، كلّه يعتمد على نوعية البشرة لديكِ. اجعلي المرطب ركناً أساسياً في برنامجكِ التجميلي. تفنني في اختيار المستحضرات المرطبة. اختاري منها ما هو مناسب لمنطقة تحت العينين، وما حول الفم والرقبة ولما هو ملائم للتغذية الليلية والنهارية، واحرصي ألّا تخرجي بكريم الترطيب النهاري تحت أشعة الشمس، لئلا تتعرّض البشرة للحروق بسبب الزيوت الموجودة في المستحضر.

احرصي على التقشير بانتظام: عليكِ بتقشير بشرتكِ بطريقة منتظمة بمواد طبيعية وأخرى على هيئة مستحضرات خاصة بالتقشير. استخدمي خلطات زيت الزيتون مع السكر البني أو استفسري من خبيرة البشرة عن نوع المقشر الأنسب لطبيعة بشرتكِ، وواظبي على هذا التقشير على الدوام.

توقّفي عن لمس وجهكِ كلّ حين: لعلّ هذه من أكثر النصائح التي يجدر بكِ اتباعها، والتي قد تكون صعبة في البدء؛ لكن مع الممارسة ستجدين أنّها سهلة التطبيق. توقفي عن ملامسة وجهكِ تماماً، لئلا تُسبّبي فيه بثوراً أو التهابات.

خزّني مستحضراتكِ بعناية وأسلوب صحيح: لا تعرضيها للحرارة العالية ولا لأشعة الشمس المباشرة. وعند السفر، ضعيها في حقيبة خاصّة، واحرصي دوماً على العناية بها وتنظيفها وتعقيمها إن لزم الأمر، واجعلي استخدامكِ لها خاصاً بكِ أنتِ.

تخلّصي من المستحضرات منتهية الصلاحية تماماً، ولا تؤجلي هذه الخطوة، ذلك أنّ الخبير الذي قرر مدة معينة لها يعرف جيّداً كم يجب أن تُعطى من الوقت. لذا توقفي عن استخدام أي مستحضرات مضى على مدّة صلاحيتها ولو يوم واحد.

توقفي عن تبديل المستحضرات بشكل مستمر. استقري على مستحضرات بعينها بعد أن تثقي بأنّها على سوية عالية وأنّها مناسبة لكِ ولنوعية بشرتكِ. قد يؤدي هذا التأرجح في الاستخدام لعدم معرفتكِ أي المستحضرات هي تلك التي سببت الحساسية لبشرتكِ.

الحصول على قسطٍ كافٍ من النوم هو الحل الأمثل دوماً حين يصار للحديث عن النواحي الجمالية. لذا احرصي على أخذ كفايتكِ منه دوماً، وتذكري أنّ جميع المستحضرات التي تخفي الهالات السوداء تحت العينين لن تغنيكِ عن ساعات نوم ضرورية لكِ.►