



Солярии стали уже давно вполне привычной частью нашей повседневной жизни. Ныне это самый доступный и лёгкий способ получить ровный и красивый загар. Кроме э того, посещение солярия , в виду нынешних жизненных сложностей, очень даже хорошо поднимает нам настроение , так как свет создаёт некую провокацию синтез а гормона эндорфина, отвечающего за наши положительные эмоции. Но если вдруг переборщить с продолжительностью и

частотой сеансов, то
ваш
загар может
стать
опасным
для
вашего
здоровья.

Многие задаются вопросом, а можно ли
ходить в
солярий ежедневно?
Ведь так хочется иметь отличное настроение каждый день.

Как
же
правильно загорать? На что
стоит
обращать
внимание при
посещении
солярия
я
?

По сути
вопроса можем сказать следующее
, в солярий ходить может
любой
здоровый человек. Но существуют
и
противопоказания в случае
наличия
заболеваний внутренних органов
и естественно кожи
. По
э
тому перед
тем как решиться на
сеанс
вы
загара вам лучше
прогуляться к вашему лечащему врачу и
проконсультироваться с
ним

.
Однозначно

не рекомендуется загорать

тем

людям

у которых

очень чувствительн

ая

и светл

ая

кож

а

,

в группу риска также входят

беременны

е

и подростк

и

до

шестнадцати

лет.

К сеансу загара

желательно

подготовиться

заранее. С

н

имите

полностью макияж и

смойте

с тела дезодорант

и любую

парфюмерию. Вообще,

неплохо

бы перед

походом в

солярий принять душ и

хорошо

очистить кожу

,

так

им образом

ороговевшие клетки не

станут

уходить вместе с

вашим

загаром.

Запрещено загорать

в контактных линзах

и конечно же в
очках

.
Для защиты
любимых
глаз
ок
вам
обязаны
выдать
специальные очки.

Не стоит
посещать солярий сразу
же

после эпиляции
, так как
эта процедура
повысит
чувствительность
вашей
кожи

, как минимум
в несколько раз.

Во время
загара
обязательно защища

йте вашу
кожу. Для

этого
косметический рынок
имеет в своём арсенале не малое количество
специальных средств.

Простые
средства для загара на пляже
совершенно
не подходят для солярия,
следует об этом
помнит

ь.
Обязательно защитите
ваши
волосы
специальной
шапочкой.

Модно использовать
обычную

,
которую
о
деваете в душе.
Для тех, кто
любит
загорать
без купальника
,
хочу
напомнить, что ультрафиолет
овое излучение
крайне
опасн
о
для женской груди. Защитить
ваши
молочные железы
вы
с
мож
ете
стикини, которые
тоже
продаются в студии.