

# Определяем тип кожи

Определим тип кожи и ее состояния, это необходимо сделать, чтобы упростить подбор уходовых средств.

## Основные виды кожи:

1. **Нормальная кожа** не слишком жирная и не слишком сухая, мягкая и гладкая на ощупь. Поры почти невидимы.
2. **Жирная кожа:** с расширенными порами на всем лице и излишним блеском, особенно в Т-зоне (лоб, нос, подбородок). Нередко возникают проблемы с комедонами и черными точками.
4. **Сухая кожа:** обычно матовая, без пор, не эластичная. Часто присутствует чувство стянутости после умывания обычной водой и шелушения, ранние морщинки.
4. **Комбинированная кожа:** сочетает в себе признаки жирной и сухой или нормальной кожи. Обычно жирная в Т-зоне и сухая или нормальная на щеках. Это самый распространенный вариант.

## Состояния кожи:

1. **Обезвоженная кожа:** может быть любого типа, включая жирный. Признаки включают чувство стянутости даже после нанесения крема, мелкие линии и морщинки, потерю упругости и блеска.
2. **Определяем тип кожи:** характеризуется акне, угрями, черными точками и часто повышенной жирностью.
3. **Чувствительная кожа:** реагирует покраснением, раздражением или зудом на косметику, изменения погоды или стресс.

## Отметьте также склонности кожи к:

1. Образованию рубцов
2. Воспалениям
3. Гиперкератозу (ороговению кожи)
4. Пигментации
5. Наличие псориаза

## Если вы сомневаетесь какой у вас тип кожи, можно провести простой тест:

1. **Умыть лицо** мягким очищающим средством и подождать 2 часа, не нанося на кожу никаких средств.
2. После этого **оценить ощущения** и внешний вид кожи. Если кожа блестит, особенно в Т-

зоне, скорее всего, у вас жирный или комбинированный тип. Если кожа чувствует себя стянутой или выглядит шелушащейся, вероятно, она сухая. Если никаких особых изменений не наблюдается, ваш тип кожи, скорее всего, нормальный. Для этого теста еще часто используют сухую салфетку, прикладывая ее к коже.

---

Revision #1

Created 29 April 2024 15:11:40 by fox\_box (Юлия)

Updated 29 April 2024 15:16:00 by fox\_box (Юлия)