

KUIVAHARJAUSOHJE

Sinulle sopiva ihonhoitomenetelmä

Päivittäinen säännöllinen harjaus nuorentaa ihoa. Kuivaharjauksessa ihoa hierotaan pyörivällä, aina sydäntä kohti suunnatulla liikkeellä. Harjan paineen pitää tuntua miellyttävältä ja painetta voi lisätä ihon tottuessa käsittelyyn.

Ihon kuivaharjaus

Voit aloittaa harjauksen tehokkaalla varrellisella kuivaharjalla. Harjaus aloitetaan jalkapohjista, joista siirrytään vähitellen sydäntä kohti. Kun reidet on harjattu, siirrytään käsivarsiin kämmenistä alkaen. Viimeiseksi harjataan vartalo. Vatsa harjataan laajoilla pyöreillä liikkeillä. Vyötärö ja pakarat harjataan napakammin, varsinkin, jos on kertynyt senttejä ko. alueille.

Kevennä otetta alueilla, joissa iho on ohuempi, kuten käsivarsien ja reisien sisäpuolella ja kaulalla. Nämä alueet kannattaa harjata pehmeällä varrellisella kuivaharjalla. Varrettomalla pehmeällä harjalla voit harjata kevyesti kasvot, rinnat ja kaulan. Harjaa kasvot ja kaula hyvin kevein liikkein alhaalta ylöspäin. Jos poskipäillä on couperosaa, eli laajentuneita punaisia verisuonia, jätä nämä kohdat harjaamatta.

Harjaa 5-10 minuuttia 1-2 kertaa päivässä. Aloita kevyesti ja lisää voimakkuutta oman tunteuksesi mukaan.



Kuivaharjaus on erinomainen keino vilkastuttaa ihon hiusverisuonien toimintaa ja poistaa ihon pinnasta siihen helposti kertyvä ylimääräinen marraskesi.

Tuloksena kaunis iho

Harjauksen jälkeen siirrytään lämpimään suihkuun ja huuhdellaan käsitelty iho. Jos iho on taipuvainen kuivumaan, se kannattaa suihkun jälkeen rasvata kosteuttavalla hoitovoiteella. Kuivaharjaus tasoittaa ihon talineritystä. Jos iho tuntuu kostealta, kosteusvoidetta ei tarvitse käyttää.

Säännöllinen kuivaharjaus tekee iholle ihmeitä; iho muuttuu sileäksi ja hyvänväriiseksi. Muutos on vähittäinen ja vie aikansa ennen kuin tämä yllättävän hellävarainen menetelmä saa ihon uusiutumaan kauttaaltaan. Joidenkin viikkojen jälkeen säännöllinen kuivaharjaus palkitsee sinut ja sinulla on kirkas, tasainen ja terveennäköinen iho.



KUIVAHARJAUS.FI

Valmistamme Kuivaharjaukseen tarkoitetut harjat käsityönä Pietarsaareissa luonnonmateriaaleista. Kuivaharjaus harjoja on kahta kovuutta.

Copyright © 2015 kuivaharjaus.fi. Kaikki oikeudet pidätetään.