



САРОНГ — длинная юбка без соединительного шва, свободно запахнутая вокруг бедер. Такие юбки носят в Индии и Индонезии. В 70-х годах форму юбки из одного полотнища позаимствовала и европейская мода. Сначала это были длинные юбки для дома, для отдыха на пляже. Сейчас такие юбки обычной длины носят и в городе. Запах на юбке должен быть очень глубоким — от одной трети до половины общего объема.



СУПАТ — тип застежки, скрытой под планкой или клапаном. Супатная застежка модна сейчас на всех видах одежды — пальто, плащах, куртках. Входят в моду супаты и на мужских рубашках, женских блузках и платьях.



ЛЕКСИКОН МОДЫ

СТЕГАНЫЕ ИЗДЕЛИЯ — модная разновидность современной утепленной одежды. Люди издавна использовали различные



материалы — шерсть, вату, ткани, чтобы утеплить одежду. Но она получалась тяжелой, изготовление ее требовало большого труда. Развитие химии волокон позволило получить не существовавшие в природе легкие, прочные материалы. Появилась возможность делать теплую одежду из тончайших тканей на легкой, как пух, синтетической ватке, простеганной машинными с несколькими десятками иголок, строчащими одновременно (и притом выполняющими любые рисунки!). Сначала появились стеганые куртки из болоньи и домашние халаты из капроновых тканей. А теперь разные ткани и разная по толщине ватка позволяют делать конверты для новорожденных, детские комбинезоны, теплые брюки и полукомбинезоны для лыжников, элегантные жилеты и жакеты, куртки и пальто для людей всех возрастов. Родился новый стиль одежды, нашедший во прозванный «спальный мешок» или «стеганое одеяло». Но, несмотря на насмешки,

одежда эта нравится всем, она практична, годится буквально на любые случаи жизни. Стеганные детали применяют и в качестве отделки, например, простегивают погончики, кокетки, воротники, карманы. Применяются стеганные детали и в производстве обуви, дорожных и спортивных сумок.



ТОК — женская шляпа без поля. Эти шляпы практически никогда не выходят из моды — лишь меняются их пропорции, форма доньшек и линии присада (лицевого края шляпы). В начале XVIII века в Европе подобные шляпы носили и мужчины и женщины, а потом они постепенно стали принадлежностью исключительно дамского гардероба. Сегодня шляпы ток — невысокие, округлые, из фетра или не слишком пушистого меха.



ТРЕНКОТ — в начале 60-х годов так называли мужские пальто с глухой застежкой, отложным воротником, полуприталенные, с разрезом (шлицей) на спинке. Сейчас тренкотом называют пальто любой формы, мужские и женские, в том числе свободные; широкие, если они не имеют лацканов, застегиваются до воротника.

И. АНДРЕЕВА,
главный искусствовед
Общесоюзного Дома
моделей одежды



ДОМАШНИЙ КАЛЕЙДОСКОП РАБОТНИЦА

НЕ ПОВРЕДИ!

Вряд ли найдется сегодня хотя бы один дом, где в специальном шкафчике — аптечке или просто в ящике стола не хранилась бы россыпь коробочек, таблеток, ампул, порошков. Да, лекарств сейчас много. Но вот парадокс: средства от недугов все чаще сами становятся их причиной. По данным Всемирной организации здравоохранения, каждый пятый человек, пользующийся современными медикаментами, испытывает те или иные отрицательные побочные воздействия. В чем причина лекарственных осложнений? Как избежать их?

На наши вопросы отвечает **Алексей Сергеевич Лопатин**, руководитель Всесоюзного Центра по изучению побочного действия лекарственных средств.

— В арсенале наших врачей насчитывается ныне более двух тысяч различных лекарственных препаратов. И практически все они, если применять их неумело, в неумеренных количествах или долго, способны вызвать те или иные осложнения. Причем такое случается и с самыми популярными, как принято считать, безобидными жароп-

нижающими или обезболивающими таблетками, которые продаются без рецепта в каждой аптеке.

В нашем центре ведется учет всех встречающихся в практике врачей нежелательных реакций на медикаменты. Изучаются возможности таких реакции на новые препараты — зарубежные и отечественные. Но и старые, давно известные, — под контролем. В результате этой работы уточняется, а то и вовсе меняется методика применения некоторых из них, создаются новые инструкции для фармакологов и лечащих врачей, а средства, признанные опасными, исключаются из обращения. Так, совсем недавно был запрещен этоксид — противотуберкулезный препарат, оказывавший, как мы выяснили, отрицательное действие на кровь.

— Большое количество лекарств, отпускаемых без рецепта, снабженных подробными аннотациями, что, когда, сколько и от чего принимать, позволяет иногда обойтись и без врача.

— Только иногда. Если человек устал и принял вечером таблетку от головной боли, беда я в этом не вижу, но если головная боль повторилась на второй, третий день, глушить ее анальгетиками (болеутоляющими средствами) не стоит. У нас порой увлекаются такими таблетками — глотают их при головных болях, мигрени, радикулите, почечной колике, даже просто для «улучшения самочувствия». А ведь злоупотребление анальгетиками, как сейчас доказано, может вызвать нарушения функции почек, так называемые анальгетические нефриты. Амидопирин может привести к падению содержания лейкоцитов в крови (особенно у женщин и детей), возникновению ангины. Подобные же явления могут появиться в результате чрезмерных доз фенацетина, анальгина, бутадiona, сульфаниламидных препаратов. Аспирин... Кто не знает, не принимал его? Кажется, что может быть безобиднее? Но аспирин оказывает раздражающее действие на слизистую оболочку желудка. Длительный бесконтрольный прием его может вызвать гастрит, а у людей с заболеваниями желудочно-кишечного тракта — желудочные кровотечения. Теперь внесены поправки в инструкцию, запрещающие в ряде случаев назначать аспирин. Такие же побочные реакции способен вызывать и резерпин — лекарство, популярное среди больных гипертонией.

Особенно осторожно следует обращаться с антибиотиками. Различные аллергии, озноб, рвота, лейкоцитоз, расстройство работы печени — вот далеко не полный перечень результатов



ДОМАШНИЙ КАЛЕЙДОСКОП

ОРИЕНТИРЫ:

1. Медицина
2. А я делаю так
3. Кулинария
4. Косметика
5. Хозяйке на заметку
6. Мода

самолечения тетрациклином, олететрином, метациклином и прочими популярными антибиотиками.

А уж давать без ведома врача антибиотики детям — просто преступление. Детский организм очень чувствителен к лекарствам. В моей практике был случай, когда женщина, заподозрив у своей дочурки, не достигшей еще годовалого возраста, воспаление легких, решила самостоятельно полечить ее инъекциями стрептомицина. Девочка быстро выздоровела, а довольная мать не подозревала, что после десяти инъекций дочка на всю жизнь осталась глухой. Да что там антибиотики! Даже витамины далеко не безопасны для малыша. При неправильном употреблении может дать осложнения витамин Д, который назначается как противорахитное средство, и витамин А.

Нельзя не сказать и о всевозможных снотворных и успокаивающих средствах. Их можно применять только под контролем врача и с большими перерывами. Иначе создается привычка — врачи называют ее «психологической зависимостью», — и человек, уже выздоровевший, по-прежнему не может заснуть без таблетки тазепала, элениума или седуксена. Длительный их прием к тому же плохо отражается на работе нервной системы, печени, кишечника.

Вот и получается, что безобидных, полностью безопасных лекарств попросту не существует. Какой бы ясной и заманчивой ни была листовка, вложенная в пакетик с лекарством, она ориентируется на, так сказать, «среднестатистического» больного. Где взять уверенность, что индивиду-

альные особенности вашего организма не отклонятся от этой середины? Лекарство должно подходить к человеку безошибочно, только тогда оно действительно лечит.

— А как вы относитесь к лечению травами, которым сейчас многие увлекаются? Верно ли, что осложнения можно ожидать лишь от искусственных препаратов, а травы совершенно безвредны?

— Нет, неверно. Современная фармакология, по существу, стерла границу между естественными и синтетическими препаратами. Многие «химические» лекарства создаются по точным моделям биологических веществ, многие вообще делаются из растительного сырья — большинство сердечно-сосудистых средств, к примеру. Экстракты и настои трав — тоже вещества, способные при неумелом применении вызвать нежелательные осложнения. Кстати, напомним, что самые сильные яды растительные, и настойка наперстянки столь же опасна, как дигиталис, изготовленный из этой травы. Внимательно следует относиться к различным мочегонным средствам, «почечным чаям». Нельзя принимать их одновременно с препаратами сердечных гликозидов, дигоксином, например, возникнет нарушение ритмов сердца. Люди, склонные к аллергии, должны быть осторожны при лечении цветущими травами. Но, в общем, те травы, что продаются в наших аптеках, хорошо изучены, и если инструкция по их применению не нарушается, то, я думаю, «сюрпризов» не будет.

Вела беседу Т. БАСОВА.

Из зеленых помидоров я готовлю вкусный салат, который храню в холодильнике и использую, когда потребуется.

Сначала делаю салатную массу. Очищаю, промываю и нарезаю мелкими дольками 3 кг зеленых помидоров. Натраю на крупной терке 1,5 кг моркови, нарезаю кружочками 1,5 кг репчатого лука и все это вместе с помидорами складываю в эмалированную кастрюлю. Добавляю 100 г соли и оставляю так на 10—12 часов.

Готовлю маринад. В эмалированную кастрюлю вливаю 300 г растительного масла, 300 г столового девятипроцентного уксуса, кладу 300 г сахарного песка, 5—6 горошин черного перца и столько же лавровых листиков. Ставлю на огонь и даю закипеть.

Слив излишки жидкости из салатной массы, вливаю в нее горячий маринад, все тщательно перемешиваю и ставлю на огонь. После того, как масса закипит, варю ее полчаса, помешивая.



А Я ДЕЛАЮ ТАК



В чистые сухие стеклянные банки выкладываю горячий салат, закрываю обычными пластмассовыми крышками и укутываю в одеяло. Держу там, пока не остынут. После этого салат готов к употреблению.

В. БЫКОВ

Ленинград.

Мое «фирменное» блюдо — пирог с солеными огурцами.

Мелко режу 5—6 среднего размера огурцов, добавляю нарезанный репчатый лук (1—2 луковицы) и все вместе тушу под крышкой. Когда жидкость испарится, вливаю в массу подсолнечное масло и тушу до тех пор, пока огурцы и лук не станут мягкими.

Отвариваю рис (три четверти стакана), соединяю его с огурцами — начинка готова. Тесто делаю обычное, дрожжевое.

И. ФРАТКИНА

г. Куйбышев.



● Вельветовые вещи можно чистить щеткой или губкой, смоченной сначала в растворе любого стирального порошка, затем в чистой воде. После чего стирать их, возможно, уже не понадобится.

● Кожаные пальто и куртки можно освежить водой с мылом и нашатырным спиртом, а потом протереть тряпочкой, смоченной касторовым маслом. Можно использовать также вазелин или глицерин.

● Мужские галстуки лучше не гладить. Если смялись, расправьте их, обернув вокруг стеклянной трехлитровой банки с горячей водой.



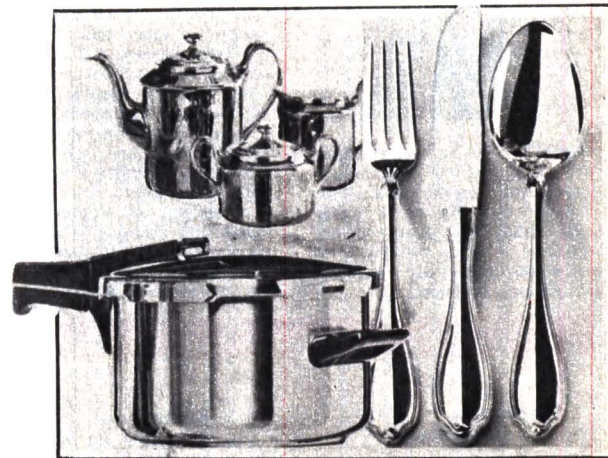
латунных изделий состоит в том, что их протирают поваренной солью, смоченной уксусом, и тут же тщательно промывают сначала теплой, потом холодной водой.

Алюминиевые предметы хорошо чистятся раствором буры (1 часть на 100 частей воды), в который добавляют немного нашатырного спирта (несколько капель на 1 литр воды). Раствором смачивают тряпочку и протирают предметы.

Хромированные и никелированные предметы выглядят примерно одинаково, но чистить их нужно по-разному. Хромированные поверхности достаточно протереть тряпочкой, смоченной в теплой мыльной воде, тогда как никелированные поверхности можно чистить обычными пастами и жидкими составами.

И. ШУИН

г. Горький.



— Привыкает ли кожа к кремам? Надо ли их менять?

— На этот счет нет определенного мнения. Нет доказательств, что кожа вследствие длительного применения одного и того же крема становится более «ленивой» и прекращает реагировать на его применение.

— Вредит ли коже мыло?

— Это зависит от кожи и от мыла. Нормальной, здоровой коже туалетное мыло (например, детское) не повредит. При жирной коже его применение необходимо. При сухой и раздражительной коже лучше использовать мыло реже.

— Можно ли кремы от загара, которые остаются после лета, использовать для ухода за кожей?

— Конечно. Большинство из них обладает увлажняющей способностью, и именно поэтому их можно использовать и после летнего отдыха.

— Нужен ли специальный крем для шеи?

— Если для лица используется жирный питательный крем, он с успехом может быть применен и для ухода за кожей шеи.

При жирной коже применяются и другие виды кремов, например, сушащие. Для питания кожи шеи они не годятся. Надо запомнить одно: кожа шеи бывает всегда только сухой, здесь нет сальных желез.

— Обязательно ли под макияж применять крем?

— Нельзя сказать, что это необходимо, но всегда лучше нанести на лицо тонкий слой крема, а уж затем делать макияж. Надо иметь в виду, что кожные выделения (пот, жир) в течение дня изменяют цвет макияжа, особенно при жирной коже. Так, пудра персикового оттенка может стать почти бронзовой. Тонкий слой нежирного крема в этом случае выполняет роль изоляционной пленки, благодаря которой макияж длительное время сохраняет первоначальный цвет.

5



ВЕЩИ В ВАШЕМ ШКАФУ

● Хранить одежду лучше в специальных бумажных или синтетических мешках.

● Платья, брюки, пиджаки не стоит держать на спинках стульев — они могут потерять форму. Вешайте их на плечики, застегнув пиджаки на все

пуговицы, куртки — на «молнии». Если костюм надевается редко, булавками подколите лацканы и кончики воротника. Не забудьте разгрузить карманы.

● Плиссированная юбка не помнется, если хранить ее в капроновом чулке.



ЧИСТКА ИЗДЕЛИЙ ИЗ МЕТАЛЛА

Старинные изделия из меди, бронзы и латуни со временем утрачивают первоначальный естественный цвет. Они покрываются тончайшей пленкой окислов зеленого, синего, сине-зеленого и коричневого оттенков. Эта пленка, называемая патиной, не портит, а, наоборот, предохраняет их от коррозии. Естественный слой патины на старинных изделиях, например, монетах, меда-

лях, не снижает их ценности и даже желателен, так как подчеркивает возраст изделия.

Потускнение серебряных изделий — это своеобразная коррозия, которая обуславливается присутствием в пище и воздухе соединений серы. Для чистки серебряных изделий достаточно протереть их влажной тряпкой с питьевой содой, а затем промыть в воде.

Изделия из меди лучше не хранить рядом с продуктами, содержащими уксус. От этого на них может появиться вредный слой медной зелени.

Кухонные принадлежности из меди и латуни надо держать чистыми, так как их окислы соединяются с органическими кислотами пищи и образуют вредные для здоровья соли.

Старый надежный метод очистки медных, бронзовых и

3



ВСЕСИЛЬНЫЙ ОВОЩ

«Ельник, березняк — чем не дрова? Хрен да капуста — чем не еда?» «Хрен да редька, лук да капуста лихого не пустят». «Ешь хрен едучи и будешь живуч». Вот что говорит народная мудрость об обычном хрене. И удивляться тут не приходится. Хрен — сильнейшее фитонцидное растение.

В хрене содержатся важные биологически активные вещества. Это и объясняет лечебные свойства хрена. Русская народная медицина применяет кашку, настой или выжатый сок из свежих корней хрена, разведенный в пропорции 1:10, для улучшения пищеварения, повышения аппетита, а также как противорвотное, мочегонное и отхаркивающее средство. В протертом виде корни используют наружно как средство, раздражающее кожу и уменьшающее боли при различных заболеваниях (радикулиты, боль в суставах и др.). Тут хрен не уступает горчице. Полоскание рта раствором хрена действует освежающе и дезинфицирующе, уменьшает зубную боль. Хорошо известен хрен как общеукрепляющее средство, особенно для предупреждения острых респираторных заболеваний. Используют в медицине и листья хрена. Однако при некоторых заболеваниях, болезнях почек, например, употребление хрена может обострить течение болезни.

Больше всего биологически активных веществ содержится в корнях хрена. Их выкапывают осенью до заморозков или весной. Хранят корни в погребе, зарытыми в песок, желателно при температуре около 0°. Наилучшими считаются корни толщиной не менее 1,5 см, имеющие ровную светлую поверхность и белую мякоть.

Натертый хрен быстро темнеет, приобретает сероватый оттенок. Чтобы избежать этого, хрен тотчас же после измельчения надо заливать уксусом.

Хрен широко используется в кулинарии. Листья его можно добавлять в салаты. Корни в тертом или стrogаном виде используют как приправу, в качестве соуса с уксусом или сметаной. Тертый хрен можно вводить в маринад для жареной рыбы. Подавать стrogанный хрен к горячим мясным блюдам. Вот некоторые рецепты, в которых используется хрен:

С уксусом. Корни хрена на сутки замочить в холодной воде, очистить, промыть, натереть на мелкой терке или провернуть через мясорубку и заварить крутым кипятком, чтобы получилась густая кашка. Выдержать в закрытой посуде в течение получаса. Затем добавить 1—2 столовые ложки девятипроцентного уксуса, по вкусу соль и сахар, хорошо перемешать.

В соус можно положить протертое свежее яблоко, соответственно уменьшив количество воды.

Со свеклой или морковью. В хрен с уксусом добавить натертую вареную столовую свеклу или морковь.

Со сметаной. К измельченному хрену добавить вдвое больше сметаны, по вкусу сахар, соль. Можно прибавить немного девятипроцентного уксуса или сок лимона, тертый сыр, мелко нарубленную зелень.

В сметанном соусе. К измельченным корням хрена добавить такое же количество яблок (натереть на терке), смешать и залить сметаной.

Добавить соль, сахар и лимонную кислоту по вкусу, а затем тщательно взбить.

● 2,5 чайной ложки муки пасеровать без масла, охладить, смешать с 5 чайными ложками сливочного масла, развести 2,5 стакана горячей сметаны, посолить и поварить 3—5 минут. К 100 г измельченного хрена добавить 5 чайных ложек девятипроцентного уксуса, перец, прогреть 3—5 минут и смешать с приготовленным сметанным соусом.

● Протереть желток со столовой ложкой сметаны. Прибавить столовую ложку тертого хрена, чайную ложку уксуса и соль. До самой подачи держать в водяной бане, но так, чтобы соус не кипел.

● Столовую ложку муки слегка поджарить с таким же количеством масла, развести стаканом горячего мясного бульона, добавить 0,5 стакана сметаны и варить на слабом огне в течение 5—10 минут. Одновременно приготовить хрен. На сковороде положить по 2 столовые ложки сливочного масла и тертого хрена и слегка поджарить. Затем влить 1—2 столовые ложки уксуса и такое же количество воды или бульона, прибавить 1 лавровый листик, 5—8 горошин черного перца (или кусочек стручкового) и поставить на огонь, чтобы выпарилась жидкость. Проваренный хрен положить в приготовленный соус, прокипятить и, сняв с огня, посолить по вкусу, прибавить кусочек масла, размешать.

В салате из картофеля. 400 г вареного картофеля и 150 г вареной свеклы очистить и нарезать мелкими кубиками, добавить к ним 25 г мелко натертого хрена, соль, черный молотый перец, заправить 100 г растительного масла, хорошо перемешать и выдерживать в течение 1—2 часов. Затем выложить в салатник, заправить соусом, приготовленным из желтка и растительного масла. Салат украсить крутыми яйцами, нарезанными кружочками.

В салате из свеклы. 500 г свеклы промыть, сварить в подсоленной воде, охладить, очистить и нарезать соломкой. Хрен очистить и измельчить. Свеклу соединить со 100 г хрена, заправить уксусом, ра-

стительным маслом и добавить по вкусу соль. Салат положить в салатник и посыпать рублеными яйцами.

В салате из моркови. Очистить 3—4 морковки, натереть на крупной терке. Добавить 2 столовые ложки измельченного хрена и столовую ложку лука, нарезанное мелкими кубиками кислое яблоко. Влить 0,5 стакана майонеза, добавить сок лимона, перемешать и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

С яблоками. К стакану измельченного хрена добавить 2 натертых больших кислых яблока, столовую ложку уксуса, заправить солью и сахаром.

В салате из копченой рыбы. 400 г копченой рыбы очистить и порезать на мелкие кусочки, положить на тарелку. Сверху положить разрезанные на кусочки 2 отварных яйца и 2—3 отварные картошки. Стакан сметанного соуса или майонеза заправить 2—3 столовыми ложками измельченного хрена и залить им салат. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа.

Можно приготовить так называемый **сухой хрен**: корни очистить, нарезать кружочками толщиной в 2—3 мм и высушить при температуре 35—40

градусов, а затем запечатать в герметические пакеты или плотно закрывающиеся банки. Перед приготовлением сухой хрен замачивают, в массу добавляют соль, сахар и уксус, настаивают 15—20 минут.

На фитонцидном свойстве хрена основан народный способ хранения овощей и фруктов. В частности, хрен используют, чтобы сохранить до весны свежий виноград. В широкогорлую стеклянную бутылку слоем 5—8 см насыпают наструганный корень хрена. На него укладывают тщательно просушенные в прохладном месте грозди винограда (поврежденные и испорченные ягоды удаляют). Их пересыпают стружками хрена, сверху кладут еще один ряд винограда, снова хрен и так заполняют бутылку доверху, затем плотно закрывают ее. На 10—12 кг винограда—1 кг хрена. Бутылку хранят в темном помещении при температуре не выше 12 градусов.

Листья хрена и корни используют при солке и мариновании овощей—они не только приобретают хороший вкус, но и дольше не плесневеют.

Т. СУШКО, врач

СЕМЕНА ПО ПОЧТЕ

Семена районированных сортов овощей можно купить в магазинах «Сортсеменовоц» или выписать по почте наложенным платежом. Сообщаем адреса магазинов «Семена—почтой» и зоны, которые они обслуживают.

350045, г. Краснодар, ул. Новороссийская, 164: республика, края и области Северного Кавказа, Закавказья (кроме г. Краснодара).

310012, г. Харьков, 12, ул. Карла Маркса, 1-а: Украинская ССР, Молдавская ССР, Белгородская, Воронежская и Курская области (кроме г. Харькова).

256300, г. Борисполь, Киевской обл. ул. Завокзальная, 3: Белорусская ССР, Украинская ССР, Молдавская ССР (кроме г. Борисполя).

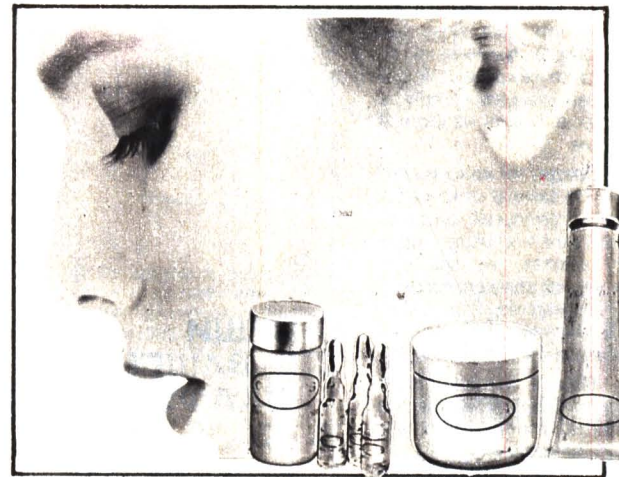
620084, г. Свердловск, Б-84, ул. Карельская, 52: области, края и автономные республики Сибири, Урала, Дальнего Востока, Крайнего Севера и Северного Казахстана (кроме г. Свердловска).

143080, Московская обл., Одинцовский район, п/о Лесной городок, ул. Фасадная, 2: все районы страны (кроме г. Москвы).

234335, Литовская ССР, Каунасский район, п/о Бабтай, Витенская плодородная опытная станция им. И. В. Мичурина: во все районы страны, по заявкам наложенным платежом высылают семена малораспространенных культур: брокколи, кресс-салата, скоронера, лука-слизуна, шнитт-лука, огуречной травы (бораго), базилика, майорана, любистока, кориандра, чабера, иссопа, лимонной мелиссы, душицы.

4

ВАЖНЫЕ ТОНКОСТИ



На вопросы наших читателей отвечает косметолог **Зинаида Попович**.

— **Всегда ли надо применять два различных вида кремов—дневной и вечерний?**

— Не обязательно. Дневной крем можно применять вечером, а вечерний—днем при условии, что его состав соответствует типу вашей кожи и содержит в себе все необходимые для нее питательные вещества, благотворно воздействует на нее. При очень сухой коже жирный (вечерний) крем, применяемый также и днем, оказывает лучшее воздействие, чем дневной увлажняющий. В то же время жирную кожу после вечернего умывания достаточно слегка смазать нежирным кремом.

Тем не менее рекомендации косметологов применять два вида кремов в различное время суток не лишены смысла. Если использовать ночные кремы днем, кожа будет блестеть, трудно будет нанести

пудру ровным слоем. Дневные кремы могут оказаться недостаточными при сухой коже, если применять их вечером. Поэтому лучше иметь разные кремы—для дня и для ночи.

— **Надо ли мыть лицо перед сном?**

— Непременно. Тот, кто этого не делает, не только подвергает себя опасности разного рода инфекции, но и ускоряет старение кожи. Пот, салнные выделения вместе с пылью, остатками крема и макияжа превращаются к концу дня в «маску», закупоривающую поры. Создаются благоприятные условия для бактерий. Отсюда—угри, расширенные поры, кожные воспаления.

— **Следует ли утром мыть лицо так же тщательно, как и вечером?**

— Если кожа лица жирная, с большим количеством выделений, умываться и утром нужно старательно. В других случаях, чтобы освежиться, достаточно обильно ополоснуть лицо холодной водой.

— **Чем лучше удалять макияж?**

— Предпочтительнее всего косметическое молочко, которое полностью растворяет вещества, содержащиеся в кремах и других косметических средствах, и хорошо удаляет их. Только после этого можно вымыть лицо водой с туалетным мылом. Сухую кожу достаточно очистить одним молочком, но надо менять тампон до тех пор, пока он не станет чистым.

— **Нужно ли применять для кожи возле глаз специальный крем?**

— Если ваши дневные и вечерние кремы дают хорошие результаты, — пользуйтесь ими. Так называемые «кремы для глаз» обладают только одной существенной особенностью: они не содержат веществ, раздражающих глаза и вызывающих слезотечение. Кроме того, они более «легкие», мягкие, легче и быстрее впитываются в кожу. Но тот, кто считает, что с их помощью можно избавиться от морщинок, ошибается.