



більш свіжим і сяючим. Однак надмірне або неправильне використання може викликати подразнення.

Один із найпопулярніших варіантів – **скраб із натуральних інгредієнтів**. Наприклад, суміш меду та цукру або кавової гущі м'яко очищає шкіру та покращує кровообіг. Такий варіант підходить для швидкого ефекту, але важливо не терти обличчя занадто сильно.

Ще один варіант – **кислотний пілінг у домашніх умовах**. Засоби з фруктовими кислотами допомагають делікатно розчиняти ороговілі клітини без механічного впливу. Вони більш щадні, але потребують регулярності та обережності.

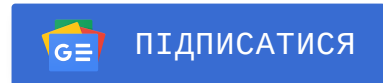
Важливе правило – не робити пілінг занадто часто. Для більшості типів шкіри достатньо 1-2 разів на тиждень. Після процедури обов'язково потрібно зволожити шкіру, адже вона стає більш чутливою.

Також варто пам'ятати про захист від сонця. Після пілінгу шкіра особливо вразлива до ультрафіолету, тому використання SPF – обов'язкове.

Фахівці наголошують: домашній пілінг може бути ефективним, якщо дотримуватися міри та враховувати тип шкіри. Для чутливої шкіри краще обирати максимально делікатні засоби, а при серйозних проблемах – звернутися до косметолога.

У підсумку, регулярний і правильний пілінг здатен значно покращити вигляд шкіри навіть без салонних процедур. Головне – не перестаратися і слухати реакцію свого обличчя.

Читайте ЕКСПЕРТ у Google News



Помітили помилку у матеріалі? Повідомте редакцію: [corrections@expert.in.ua](mailto:corrections@expert.in.ua)

обличчя

шкіра

[Всі новини](#)

---

[Україна](#)

---

[Політика](#)

---

[Економіка](#)

---

[Світ](#)

---

[Стиль життя](#)

---

[Авто](#)

---

[Технології](#)

---

[Суспільство](#)

---

[Здоров'я](#)

---

## ІНФОРМАЦІЯ

[Про проект](#)

---

[Автори](#)

---

[Редакційна політика і стандарти](#)

---

[Політика використання ШІ](#)

---

[Політика конфіденційності](#)

---

[Правила коментування](#)

---

[Контакти](#)

---

ТОВ «НОВА МЕДІА ГРУПА» © 2014–2026

Реєстрація R40-06871 у Реєстрі суб'єктів у сфері медіа

Адреса: 01014, м. Київ, вул. Звіринецька, 63

[editor@expert.in.ua](mailto:editor@expert.in.ua)

[corrections@expert.in.ua](mailto:corrections@expert.in.ua)

[reklama@expert.in.ua](mailto:reklama@expert.in.ua)

