

НПЦРИЗ

#008/МАЙ/2018

# beauty

ТЕЛОМЕРЫ И КРАСОТА.  
УПРАВЛЯЕМ СТАРЕНИЕМ  
**09**

МЕТАМОРФОЗЫ ВАШЕЙ КОЖИ  
**18**

ДОЛОЙ МОРЩИНЫ ЗА 5 МИНУТ  
**25**

БИЗНЕС КАК РЕАЛИЗАЦИЯ  
ПРЕДНАЗНАЧЕНИЯ  
**35**

НПЦРИЗ БЬЮТИ  
**BEAUTY**  
ЕСТЕСТВЕННАЯ КРАСОТА

# КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЖУРНАЛОМ



Возвращение на страницу с содержанием.



Переход на **следующую** страницу.



Переход на **предыдущую** страницу.

## Эндопутен

Подчеркнутое слово — в этой области расположена ссылка на внешний сайт, например, сайт магазина.

## СОДЕРЖАНИЕ

Содержание в журнале сделано интерактивным, если щелкнуть по названию статьи, можно быстро перейти к чтению выбранного материала, не пролистывая все страницы.

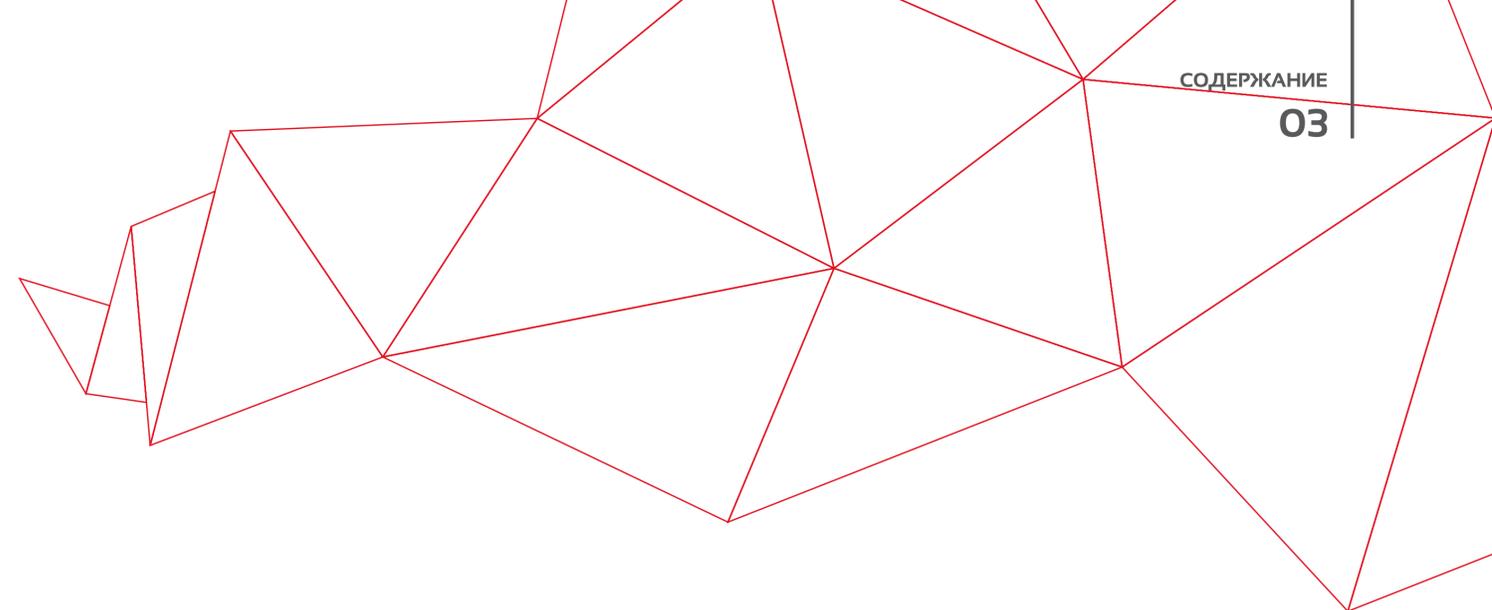
Кнопки навигации  
в нижней части  
каждой страницы

Обозначение  
гиперссылок



# СОДЕРЖАНИЕ

# МАЙ 2018



- |   |   |
|---|---|
| <p><b>от редакции</b></p> <p><b>04</b> <u><a href="#">Взломайте стереотипы: станьте моложе</a></u></p> <p><b>секреты красоты и активного долголетия</b></p> <p><b>05</b> <u><a href="#">Сладкая парочка</a></u></p> <p><b>08</b> <u><a href="#">Инвестируйте в свое здоровье</a></u></p> <p><b>09</b> <u><a href="#">Теломеры и красота. Управляем старением</a></u></p> <p><b>ХИТ сезона</b></p> <p><b>12</b> <u><a href="#">Правильный тоник для умных женщин</a></u></p> <p><b>новинки anti-age</b></p> <p><b>14</b> <u><a href="#">Укрощение строптивых</a></u></p> <p><b>знаете ли вы, что...</b></p> <p><b>18</b> <u><a href="#">Метаморфозы вашей кожи</a></u></p> | <p><b>сам себе косметолог</b></p> <p><b>20</b> <u><a href="#">Жаропонижающее для вашей кожи</a></u></p> <p><b>22</b> <u><a href="#">Быть можно дельным человеком...</a></u></p> <p><b>25</b> <u><a href="#">Долой морщины за 5 минут</a></u></p> <p><b>27</b> <u><a href="#">Спрашивали? Отвечаем!</a></u></p> <p><b>скорая помощь</b></p> <p><b>28</b> <u><a href="#">Лето в городе. Как сохранить хорошее самочувствие?</a></u></p> <p><b>функциональное питание</b></p> <p><b>31</b> <u><a href="#">Секреты питания от дерматолога для идеальной кожи</a></u></p> <p><b>34</b> <u><a href="#">Едим вкусно и полезно</a></u></p> <p><b>делаем бизнес красиво</b></p> <p><b>35</b> <u><a href="#">Бизнес как реализация предназначения</a></u></p> |
|---|---|



«НПЦРИЗ BEAUTY», электронное научно-популярное издание  
 УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ: ООО «НПЦРИЗ», +7 (495) 640-06-14, e-mail: [help@npcriz.ru](mailto:help@npcriz.ru)  
 ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР: Вячеслав Василенко  
 РУКОВОДИТЕЛЬ ПРОЕКТА: Татьяна Рыцкая  
 РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ: Роман Пинаев, Давид Горгиладзе, Валерий Александров  
 РЕДАКТОРЫ: Ница Добраковская, Юлия Таратуто  
 ГЛАВНЫЙ ДИЗАЙНЕР: Юлия Людвиновская  
 Воспрещается воспроизводить любым способом полностью или частично статьи и фотографии, опубликованные в журнале. По вопросам лицензирования и получения прав на использование редакционных материалов журнала обращайтесь по адресу: [creator@npcriz.ru](mailto:creator@npcriz.ru)  
 © ООО «НПЦРИЗ», 2018, [www.npcriz.com](http://www.npcriz.com)



# ВЗЛОМАЙТЕ СТЕРЕОТИПЫ: СТАНЬТЕ МОЛОЖЕ

«Есть только два способа прожить жизнь. Первый – так, как будто чудес вообще не бывает. Второй – будто все в жизни чудо».

А. Эйнштейн

**Мы живем в очень интересное время – время тотальных скоростных перемен и бесконечных открытий, в том числе в медицине и косметологии. Если посмотреть на нынешних сорокалетних, то они выглядят значительно моложе своих сверстников в девяностые. А некоторым из них можно дать не больше 30-ти. В чем секрет?**

Дело в том, что жизнь, знаете ли, можно «взломать». Точно так же, как программист, зная программный код, взламывает компьютер и программирует его на определенные задания, так и вы можете взломать стандартные жизненные стереотипы и запустить полную перезагрузку. Мы живем в век информации и, думаю, есть смысл умело пользоваться достижениями.

В информационном плане на наше тело больше всего влияет ДНК и наши мысли. Как «починить» клетку мы уже знаем – в этой области впереди планеты всей идут

пептиды, и мы с гордостью можем предложить самый большой ассортимент пептидной продукции для красоты и здоровья.

А вот мысли... Человек примерно на 80% состоит из воды. А исследования знаменитого японского ученого и целителя Масару Эмото показывают, что вода способна хранить и передавать человеческие мысли и эмоции. Следовательно, мысли влияют на биохимию нашего тела, его здоровье. И главное, чтобы наш мозг принял новую реальность здорового тела, как возможную и достижимую.

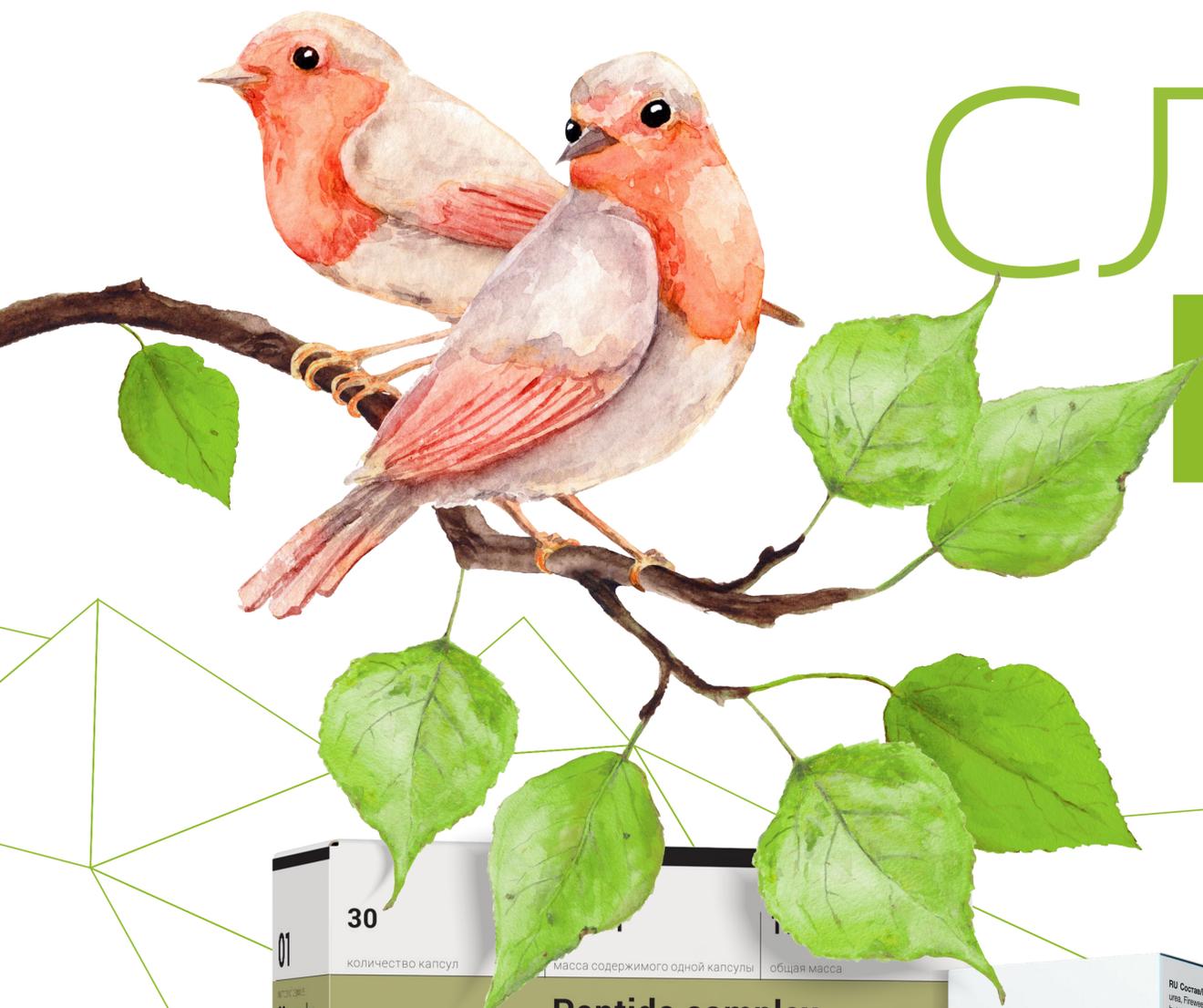
Как совместить и применить новейшие технологии в восстановлении организма, как пробудить свои внутренние ресурсы и пребывать в гармонии, вы узнаете из этого выпуска. Берите на вооружение все самое лучшее, выбирайте себе то, что вам по душе, составляйте план преображения и... вперед, к звездам! Ведь вы созданы для того, чтобы быть Звездой – сиять и озарять путь, а не быть звездной пылью. Звездным людям – в звездную компанию!

Впереди вас ждет много захватывающего и многообещающего.

Наша компания на пороге глобальных перемен. Мы стремительно растем и меняемся. Инновационные продукты, высокотехнологичное производство и внедрение anti-age технологий в жизнь миллионов людей по всему миру позволяет утвердиться в звании «Пептидная компания №1». Именно поэтому мы сменили название на более лаконичное и понятное, но не менее емкое – «Пептиды». Продукция – прогрессивнее, бизнес – доступнее. Вы с нами?

РУКОВОДИТЕЛЬ ПРОЕКТА: Татьяна Рыцкая  
EMAIL: [beauty@npcriz.ru](mailto:beauty@npcriz.ru) YOUTUBE: [npcrizbeauty](https://www.youtube.com/channel/UCpCrizBeauty)





# СЛАДКАЯ ПАРОЧКА

**ВЕРОНИКА ЕВСТИГНЕЕВА**  
Россия, Омск

От любви до ненависти не только один шаг, но и сто морщин, неприятные покраснения и ненавистное акне. В этой статье вы узнаете о том, как оставаться неотразимой, несмотря на стрессы и отрицательные эмоции.



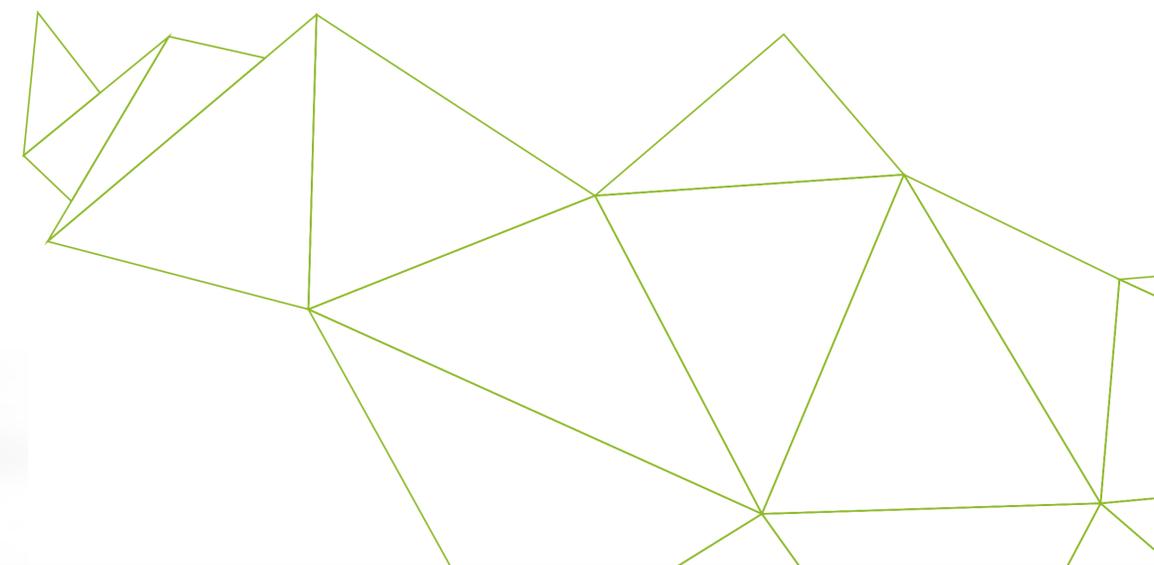
30	количество капсул	масса содержимого одной капсулы	общая масса
<b>Peptide complex</b>			
01	пептиды AA-1, AA-3, AA-10	действие Биосинтетические пептиды для глубокого восстановления и обновления	витамины А, С и Е
активные компоненты		Ресвератрол (3,5,4'-trihydroxy-trans-stilbene)	
<b>rēvilab ml</b>			

**ЭНСИЛ**  
ENSIL

60 капсул по 0,6 г

**ЭНСИЛ**  
ENSIL

90 капсул по 0,31 г



## ВЫ ЗНАЕТЕ, КАК НАШИ ЭМОЦИИ ВЛИЯЮТ НА КОЖУ? СОГЛАСИТЕСЬ, ЧТО КРАСОТА ЗАВИСИТ НЕ ТОЛЬКО ОТ ПРАВИЛЬНО ПОДОБРАННЫХ КОСМЕТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ОБРАЗА ЖИЗНИ И РАЦИОНА ПИТАНИЯ, НО И, НЕ В ПОСЛЕДНЮЮ ОЧЕРЕДЬ, ОТ СОСТОЯНИЯ ДУШИ: ПЕРИОДОВ ВНУТРЕННЕЙ ГАРМОНИИ И НЕРВНЫХ ВСТРЯСОК.

Существует даже целая наука – психодерматология, объясняющая тесную связь между разумом и кожей и изучающая психологические причины некоторых патологий. Например, один из выводов сторонников этого движения – постоянное напряжение может привести к дерматиту, псориазу и обширным акне. Но не только перманентный стресс отражается на внешности, даже кратковременный эмоциональный всплеск оказывает на нее непосредственное воздействие. Это происходит из-за особенных гормонов, которые организм производит в моменты влюбленности, грусти, паники, стеснения, злости и других ситуаций. Чем же грозит избыток или недостаток чувств?

### ПЕЧАЛЬ

Грустить вредно не только для нашей души, но и для тела. Взять хотя бы такой очевидный факт. Печальные люди и те, кто находится на грани депрессии, как правило не только замыкаются в себе, но и буквально закрываются в пространстве, стараясь быть как можно меньше на улице. Следствие затворничества – недостаток витамина D, который тело синтезирует с помощью солнечных лучей. В итоге лицо приобретает сероватый оттенок. Кроме того, печаль негативно влияет на кровеносные сосуды, что приводит к болезненной бледности. А частые слезы – известные провокаторы синяков под глазами, причем всему виной тот факт, что они соленые!

### ТРЕВОГА

В моменты, вызывающие тревогу или страх, организм высвобождает коварный кортизол. Повышенный уровень этого гормона провоцирует воспаление клеток кожи, а также увеличивает работу сальных секретов. Суммируем эти факторы на коже и получаем локальные акне, которые шокируют утром перед зеркалом. Кортизол может также привести к уменьшению гиалуроновой кислоты и коллагена, в результате чего от природы сухая кожа получает гораздо больше морщин, от вида которых становится еще более тревожно. Все. Порочный круг замкнулся.

### СТРЕСС

Хотя эта эмоция очень близка к беспокойству и тревоге, действие стресса, как правило, накопительное, а значит и последствия – серьезнее. Например, темные круги под глазами гораздо чаще выдают людей, страдающих от нервных перегрузок, чем от бессонницы. К тому же, стресс заставляет нас хмуриться – скажите «привет!» носогубным складкам и глубоким морщинам на лбу. Постоянно испытывая шоковую терапию, тело начинает к ней адаптироваться и заранее реагировать, готовясь к ответным действиям. Скажем, на вас «лица нет» – резко бледнеете, кровь отступает от поверхно-

сти эпидермиса, концентрируясь на мышцах, а вместе с ней – уходят и все питательные вещества. Еще одно последствие жизни в стрессе – прыщики. На нервной почве многие из нас начинают часто трогать лицо. Чаще всего «стресс-прыщики» высыпают на зоне подбородка и скулах.

**ХОРОШАЯ НОВОСТЬ!** Если нервы вызваны позитивной ситуацией (например, неожиданным приятным сюрпризом или волнением), то и действие на кожу – благоприятное. Адреналин начинает пульсировать в крошечных капиллярах, благодаря чему щеки приобретают здоровый румянец, а лицо выглядит более «сочным».



## ЛЮБОВЬ.

Набившее оскомину приторное выражение «влюбленные люди светятся изнутри» имеет под собой научное обоснование. В моменты счастья видимое преобразование действительно происходит и касается всех без исключения. Когда мы контактируем с дорогим нашему сердцу человеком — не только любимым, но и просто другом — в нашем теле освобождается «гормон счастья» окситоцин. С одной стороны, он восстанавливает клетки, насыщает их кислородом и имеет пролонгированный антиэйдж-эффект. С другой, нивелируется уровень кортизола — «гормона стресса». Это комплексное действие и подсвечивает кожу изнутри. Благодарите любимых за позитив, удовольствие и сияющее состояние своей кожи.

«Ну а что же делать, когда в данной жизненной ситуации не на «гребне», а под ним?» — спросите вы. В такой ситуации поддержать свой организм и сохранить красоту нам помогут высокотехнологичные anti-age разработки: Revilab ML 01 и «Энсил». Почему именно они? Давайте рассмотрим.

**Revilab ML01**, благодаря пептиду AA-1, поможет нормализовать метаболизм в клетках эпифиза и секрецию мелатонина, урегулирует гормональный обмен, поддержит надпочечники. Пептид AA-3 восстановит различные клетки иммунной системы, нормализует в них метаболизм. Пептид печени AA-10 подарит коже свежесть и здоровье. Ресвератрол, холина битартрат, экстракт гриффонии, полиненасыщенные жирные кислоты омега-3, витамины E, A, C сделают вашу нервную систему крепкой, а глаза сияющими.

**«Энсил»** — поистине «витаминный коктейль» для здоровья и красоты. Источник гидроксикоричных кислот, кофермента Q10, карнитина и янтарной кислоты, дополнительного источника витаминов A, C, D3, E, B1, B2, B5, B6, B9, B12, биотина и никотинамида. Улучшит регенерацию, отличный антиоксидант, поддержит клетки мозга, сердца, печени и почек, а также защитит от стресса.

Лично мне и моим клиентам этот комплекс очень нравится. А вам?



# ИНВЕСТИРУЙТЕ В СВОЕ ЗДОРОВЬЕ

## ДАРЬЯ СЕЛИВАНОВА Россия, Самара

**Долго думала, о каких результатах рассказать в журнале. Их много. Решила начать с главного. Я принимаю пептиды с ноября 2017. Основной проблемой были панические атаки, которыми я страдала с 15 лет, а после смерти мужа состояние ухудшилось. Я не могла отойти от дома и дойти до автобусной остановки. На руках девятимесячная дочь. Те, кто это прошел, поймут.**

**Болело все тело, были проблемы с пищеварением. Бесконечные обследования, но врачи ничего не находили. Диагноз – вегетососудистая дистония. Дальше были психологи... 2600 рублей за 1 сеанс, в результате: одна болтология и нулевой эффект.**

Некоторые специалисты настаивали на транквилизаторах, а я понимала, что через полгода превращусь в овощ. В итоге получилось, как в поговорке: спасение утопающих – дело рук самих утопающих. Я стала искать пути исцеления.

Изучив множество статей по этой проблеме, я пришла к выводу, что первым делом нужно восстанавливать желудочно-кишечный тракт. Но аптечные средства не давали результата. А потом произошло мое знакомство с парафармацевтическими препаратами.

В течение 3 лет я применяла самые разные БАДы. Состояние значительно улучшилось, но полностью проблема не ушла. Про пептиды узнала в фитоаптеке. Прочитала много информации на эту тему в интернете и решила попробовать.

Принимала по 4-5 цитомаксов в месяц + геропротекторы. В итоге мое состояние значительно улучшилось: нормализовался вес, менструальный цикл, я избавилась от бессонницы, и это на фоне четырех месяцев приема. Увидев такие впечатляю-

щие результаты, мне захотелось помогать другим людям. В желании сотрудничать с компанией сыграло свою немалую роль и то, что в Центре Ревитализации и Здоровья представлены наукоемкие продукты. Возглавляют его профессионалы своего дела – авторитетные специалисты в области антивозрастной медицины. А еще у компании благородная миссия – помогать людям стать здоровыми, энергичными, успешными и счастливыми.

Со временем у меня появились единомышленники, моя команда. Сейчас я – топ-менеджер. Моя сегодняшняя цель – стать в этом году лидером. Я поняла, что, когда мы верим в себя, то достигаем поставленных целей, можем воплотить желаемое. Говорят, если у человека есть мечта, то у него есть все для того, чтобы она осуществилась.

Я знаю, много людей страдают от панических атак, и хочу сказать – в здоровом теле они не могут возникнуть. Диагноза «Синдром раздражённого кишечника» нет, на самом деле это симптом, а причина-

ми могут быть истощение надпочечников, дисбактериоз, паразиты. Я столкнулась с тем, что официальная медицина таких людей не лечит, а пептидные препараты восстанавливают функцию самих органов, поэтому уходят причины заболеваний.

Инновации – движущая сила развития компании. Впечатляющие результаты работы научного отдела наглядно подтверждают тот факт, что при разработке новых препаратов необходимы не только знания, но и смелость. Только при таком подходе возможно создание высокотехнологичных средств, которые смогут изменить качество жизни человека, возможны прорывы в областях, где современная медицина пока бессильна. Я пришла к выводу, что антивозрастная медицина на основе пептидной биоревитализации – медицина будущего. Любите себя, инвестируйте в свое здоровье. Это лучшее вложение, которое окупится сторицей. Ведь когда ты здоров, молод, ты можешь все. Нет ничего невозможного, когда есть здоровье!

# ТЕЛОМЕРЫ И КРАСОТА.

## УПРАВЛЯЕМ СТАРЕНИЕМ

ТАТЬЯНА РЫЦКАЯ

Россия, Санкт-Петербург

Из прошлого номера вы узнали о теломерах, теломеразе, а также о том, какая взаимосвязь между длиной теломер и старением. В этом выпуске мы поделимся секретом, как, управляя теломеразой, сохранить красоту и оставаться привлекательной в любом возрасте.



## СТАРЕНИЕ КОЖИ

Внешний слой кожи, эпидермис, состоит из быстро делящихся клеток, которые постоянно обновляются. Некоторые клетки кожи (а именно кератиноциты) вырабатывают теломеразу, благодаря чему они не изнашиваются и не стареют, но у остальных способность обновляться со временем все-таки угасает. Под наружным слоем кожи находится дерма – слой клеток (фибробласты), который создает основу для здорового и красивого эпидермиса, поскольку, помимо всего прочего, производит коллаген и эластин.

С годами фибробласты начинают выделять меньше коллагена и эластина, из-за чего внешний слой кожи теряет свою упругость. Кожа истончается, теряя прослойки жировой ткани и гиалуроновую кислоту (которая выступает в роли естественного увлажнителя кожи и суставов), становится более проницаемой. Старые меланоциты приводят к появлению пигментных пятен, а кроме того, кожа начинает выглядеть болезненно бледной. Иными словами, стареющая кожа приобретает хорошо знакомый нам вид: она бледная, пигментированная, обвисшая и морщинистая – и все это, главным образом, из-за состарившихся фибробластов, которые больше не в состоянии поддерживать здоровье клеток эпидермиса.

Чем человек старше, тем меньшее количество раз клетка делится, но у некоторых они продолжают делиться даже в преклонном возрасте. Когда

ученые решили разобраться с этим вопросом, выяснилось, что у таких людей клетки лучше справляются с окислительным стрессом, а их теломеры заметно длиннее. Наличие коротких теломер не вызывает старение кожи напрямую, но играет в этом процессе определенную роль, особенно когда речь идет о старении из-за воздействия УФ-лучей. Ультрафиолет способен повреждать теломеры. Петра Букамп, сотрудница Немецкого центра исследований рака в Гейдельберге, вместе с коллегами сравнила кожу с шеи, на которую постоянно воздействует солнце, с кожей ягодич, которая все время защищена от солнца. Оказалось, что в случае с шеей, теломеры клеток эпидермиса стали заметно короче, а в образцах, взятых с ягодич, они с возрастом вообще не укорачивались! Итак, при надлежащей защите от солнечных лучей клетки кожи могут долго противостоять старению.

## ОСТЕОПОРОЗ

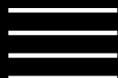
Структура костной ткани человека меняется на протяжении всей жизни. Высокая плотность костей – результат баланса между клетками, формирующими костную ткань (остеобласты), и клетками, разрушающими ее (остеокласты). Чтобы остеобласты могли делиться и их ряды пополнялись новыми клетками, им необходимы длинные теломеры: когда теломеры становятся слишком короткими, остеобласты стареют и перестают поспевать за остеокластами. Баланс нарушается, и остеокласты начинают выедать кост-

ную ткань. Мало того, когда теломеры изнашиваются, в старой костной ткани начинаются воспалительные процессы.

## СЕДИНА

В некотором смысле мы все рождаемся с окрашенными волосами. Каждый волосок зарождается в собственной волосяной луковице и состоит из кератина, придающего волосам белый цвет. Вместе с тем внутри каждой волосяной луковицы находятся и меланоциты – те самые клетки, которые вводят в волосы пигмент, а также отвечают за цвет нашей кожи. Они выступают в роли природной краски для волос, без которой все люди с рождения ходили бы седыми. Когда теломеры этих стволовых клеток изнашиваются, те больше не могут делиться достаточно быстро, чтобы поспевать за ростом волос. Как результат, волосы начинают седеть. А когда умирают все меланоциты, волосы становятся полностью седыми. Также меланоциты чувствительны к химическому воздействию и ультрафиолетовому излучению. В ходе одного исследования у мышей, которых подвергли воздействию рентгеновских лучей, оказались повреждены меланоциты, и их шерсть со временем стала серой. У мышей, чьи теломеры были чрезвычайно короткими из-за генетической мутации, шерсть также становилась серой раньше времени, при этом восстановление уровня теломеразы способствовало возвращению прежнего цвета шерсти.

**НАЛИЧИЕ КОРОТКИХ ТЕЛОМЕР НЕ ВЫЗЫВАЕТ СТАРЕНИЕ КОЖИ НАПРЯМУЮ, НО ИГРАЕТ В ЭТОМ ПРОЦЕССЕ ОПРЕДЕЛЕННУЮ РОЛЬ, ОСОБЕННО КОГДА РЕЧЬ ИДЕТ О СТАРЕНИИ ИЗ-ЗА ВОЗДЕЙСТВИЯ УФ-ЛУЧЕЙ.**

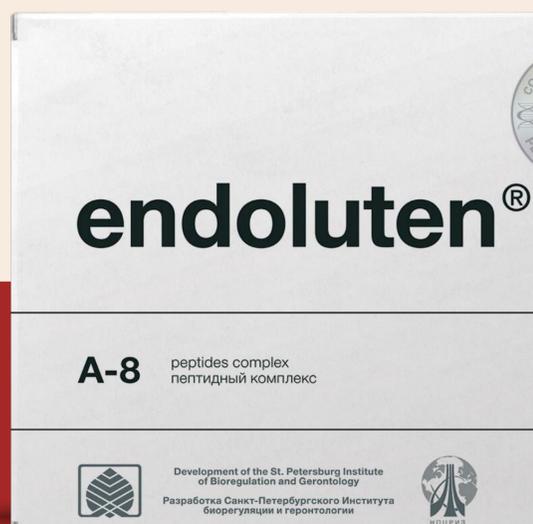


## ЧТО ВНЕШНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА ГОВОРИТ О ЕГО ЗДОРОВЬЕ?

Возможно, вы сейчас подумали: «Что ж, я ничего не имею против нескольких седых прядей, появившихся раньше времени. Да и стоит ли переживать из-за небольшой локальной пигментации?» Но также верно и другое: внешность отражает состояние здоровья. Исследователи попросили специально обученных экспертов оценить возраст человека по его фотографии. Оказалось, что у людей, которые выглядели старше, теломеры в среднем были короче, чем у тех, кто выглядел моложе. В этом нет ничего удивительного, если вспомнить, какую роль играют теломеры в процессах старения кожи и появления седины. Внешние признаки

старения связаны с ухудшением состояния физического здоровья. И если вы выглядите старше своих лет, а также чувствуете себя изможденным, – на это есть смысл обратить внимание. Скорее всего, ваши теломеры нуждаются в дополнительной защите. На помощь придут препараты на основе пептидов эпифиза. Именно они активируют теломеразу, и это удлиняет жизненный цикл клетки на 40%. Оптимальным вариантом будут препараты **Revilab Peptide ML 01, SL 03** и «**Эндолутен**», а для внешнего воздействия на кожу – линия активных ревитализеров с индуктором теломеразы **Revilab evolution №3**.

Идите в ногу со временем, используя новейшие технологии. Поддержите свое здоровье и получите приятным бонусом красоту, не подвластную старению!



# ПРАВИЛЬНЫЙ ТОНИК

## ДЛЯ УМНЫХ ЖЕНЩИН

Ни для кого не секрет, что уход за кожей лица летом отличается от ухода зимой. Потому что в жаркое время года на нее воздействуют интенсивные солнечные лучи, городская пыль, высокие температуры, ветер, морская соль. В таких условиях нежная кожа лица теряет влагу, потеет, иссушается. Что же делать? Об этом читайте в нашей статье.



**КАК ПОДСКАЗЫВАЕТ ЛОГИКА И ОПЫТ – ЕСЛИ СУЩЕСТВУЕТ ПОТЕРЯ ВЛАГИ, ЗНАЧИТ ЕЕ НЕОБХОДИМО ВОСПОЛНИТЬ. НА ВЫРУЧКУ ПРИХОДЯТ ТОНИКИ, НО ДАЛЕКО НЕ ВСЕ. ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО ЛЕТОМ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ТОНИКИ С СОДЕРЖАНИЕМ СПИРТА, ИНАЧЕ ЕСТЕСТВЕННЫЙ PH-БАЛАНС КОЖИ НАРУШИТСЯ, И КОЖА СТАНЕТ ЕЩЕ БОЛЕЕ СУХОЙ? ИДЕАЛЬНО ПОДОЙДЕТ ТОНИК, НОРМАЛИЗУЮЩИЙ PH-БАЛАНС.**



На поверхности кожи лица есть тонкая гидролипидная пленка, составляющая защитного слоя эпидермиса, с помощью которой организм противостоит внешнему воздействию: грязи, инфекциям, сухому воздуху и т.д. Учеными доказано, что pH защитного слоя кожи, как правило, кислая, и колеблется в диапазоне значений pH 4-7 – именно в такой среде обычная микрофлора кожи способна нормально существовать, выделяя определенные вещества, препятствующие заселению кожи патогенными бактериями, которые предпочитают более высокий уровень pH.

Существует много факторов, влияющих на уровень pH кожи: начиная от нашего питания и заканчивая обычным умыванием водой. Нормальным pH принято считать показатель в 5,5 – это пограничное состояние между щелочной и кислотной средой. Если уровень pH выше или ниже этой цифры, то это говорит о проблемах кожи. Превалирование кислотной среды выражается в понижении показателя: pH-баланс от 3 до 5,5 характерен для жирной кожи. Если же показатели выше нейтрального значения, то верх

берет щелочная среда и кожа становится сухой.

То есть даже при ежедневном умывании (pH воды колеблется в отметке 7) мы уже травмируем кожу, и если нормальной коже нужно несколько часов, чтобы восстановить свой изначальный уровень pH, то сухой или жирной коже это сделать труднее. И вот тут возникает логичный вопрос: что же делать, чтобы выровнять pH баланс кожи и сделать ее идеальной? Как подобрать уход таким образом, чтобы он не навредил, и даже помог?

Как говорится, все гениальное – просто. **Тоник pH-баланс серии Reviline** специально разработан для восстановления кислотно-щелочного баланса кожи лица до оптимальных показателей. Благодаря наличию целого спектра инновационных компонентов, при регулярном применении тоника pH-баланс существенно повышается устойчивость кожи к различным стрессовым воздействиям, улучшается способность клеток эпидермиса и дермы удерживать влагу, разглаживаются морщины, улучшается цвет лица. А еще увлажняющие кремы лучше впитываются после использования тоника, также он содержит специальные агенты, позволяющие удерживать жидкость в коже в течение

более длительного периода. Вот наши активные помощники:

**1. Инновационный пептид Rubixyl®** в составе тоника pH-баланс помогает коже бороться с повседневными стрессами. Загрязнение воздуха, УФ-излучение, изменение погодных условий, бактериальные загрязнения – все это является стрессом для кожи и приводит к преждевременному старению. Действие пептида Rubixyl® направлено на дельта-опиоидные рецепторы, так называемые, «рецепторы красоты», которые отвечают за состояние кожи и активизацию её потенциала. Он помогает коже справиться с последствиями ежедневного стресса, укрепляет кожный барьер, уменьшает признаки старения, снижает потерю влаги, освежает зрелую и уставшую кожу, способствует разглаживанию морщин.

**2. Phytol AI.** Входящий в состав тоника растительный комплекс Phytol AI является комплексным экстрактом из трех растений: мытника, сладкой мяты и почек магнолии, которые произрастают в различных частях мира. Каждое из этих растений обладает противовоспалительными свойствами. Комплекс Phytol AI подходит даже для сверхчувствительной кожи, оказывает смягчающее,

успокаивающее и антибактериальное действие. Он улучшает цвет кожи, защищает от агрессивного воздействия окружающей среды и уменьшает раздражение.

**3. Hydrovance.** Увлажняющий компонент Hydrovance со свойствами эстетического модификатора в составе рецептуры тоника представляет собой инновационный комплекс, обеспечивающий глубочайшую гидратацию кожи. Hydrovance обладает способностью удерживать молекулы воды в самых глубоких структурах дермы и эпидермиса на протяжении длительного времени, обеспечивая эффективное восстановление даже при высокой степени дегидратации. Также данный компонент способствует очищению и регенерации кожи, деликатно активируя процессы отшелушивания омертвевших частиц эпидермиса, повышает эластичность и дарит коже ощущение комфорта.

Те счастливики, кто уже включил этот любимейший многим продукт в свой уход за лицом, отмечают значительное улучшение внешнего вида кожи: она становится упругой, увлажненной, свежей. Теперь и вы знаете «летний секрет» идеального ухода за лицом. Пользуйтесь на радость и в удовольствие!

# УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВЫХ

Традиционно эксперименты с волосами у нас ассоциируются со сплошными разочарованиями. За головокружительный объем приходится расплачиваться сухими корнями. Зеркальная гладкость чревата секущимися кончиками. Про кудри и думать страшно. Но, благодаря обновленным высокотехнологичным средствам по уходу за волосами с пептидами SPA LINE, все меняется. Теперь вашим локонам не страшна никакая революция. Обновленная линия продуктов делает волосы сильными, здоровыми и сияющими.



**КАК ОКРАШЕННЫЕ, ТАК И НАТУРАЛЬНЫЕ ВОЛОСЫ ПОСТОЯННО ПОЛУЧАЮТ ПОВРЕЖДЕНИЯ. ВИНОВНЫ В ЭТОМ: ВОЗДЕЙСТВИЕ ФЕНА И ПЛОЕК, НЕАККУРАТНОЕ РАСЧЕСЫВАНИЕ, МОРСКАЯ СОЛЬ, ХЛОР, ЩЕЛОЧНАЯ ВОДА, НЕПРАВИЛЬНО ПОДОБРАННАЯ КОСМЕТИКА, БЫТОВОЕ ОКРАШИВАНИЕ И МНОГОЕ ДРУГОЕ. НАШИМ ВОЛОСАМ НЕОБХОДИМЫ ГРАМОТНЫЙ УХОД И СРЕДСТВА, ОБОГАЩЕННЫЕ ЭФФЕКТИВНЫМИ КОМПОНЕНТАМИ. ЭТО ПЕПТИДЫ, ПРОТЕИНЫ, АМИНОКИСЛОТЫ, МИНЕРАЛЫ. О ПРЕИМУЩЕСТВЕ КОРОТКИХ ПЕПТИДОВ В ПАРАФАРМАЦЕВТИЧЕСКИХ ПРЕПАРАТАХ МЫ УЖЕ ПИСАЛИ. ТЕПЕРЬ ПОДРОБНЕЕ ОСТАНОВИМСЯ НА ПРИМЕНЕНИИ УЛЬТРАКОРОТКИХ ПЕПТИДОВ В КОСМЕТОЛОГИИ И УХОДЕ ЗА ВОЛОСАМИ.**



Их преимущество в том, что они одинаково эффективно воздействуют на кожу и на волосы не только в привычных условиях, но и в критических. Это значит, что короткие пептиды будут успешно «работать» в любых, даже в самых агрессивных обстоятельствах! Им отведена крайне важная роль в восстановлении полноценного функционирования клеток, кроме того, они могут похвастаться высокой антиоксидантной активностью. А еще синтезированные пептиды являются отличными проводниками действующих веществ из косметики в клетки кожи и волосаные фолликулы. Передавая клеткам соответствующие сигналы, они запускают процессы их скорейшего восстановления. Молекулы пептидов настолько малы, что они без особого труда проникают в глубочайшие слои кожи и волос, стимулируя производство всех необходимых им активных веществ.

Современные короткие пептиды не только помога-

ют сделать волосы здоровыми и крепкими, но и успешно справляются с выпадением волос. Особенно хорошо они зарекомендовали себя в составе сывороток и бальзамов для волос, так как данные средства воздействуют непосредственно на волосаные фолликулы. Например, пептиды Т-звена иммунной системы не только стимулируют происходящий в волосаных фолликулах синтез коллагена, но и снимают микровоспаления в коже головы, что в немалой степени способствует обретению объема волос и поддержанию их густоты. При этом первые результаты можно заметить уже через пару недель!

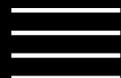
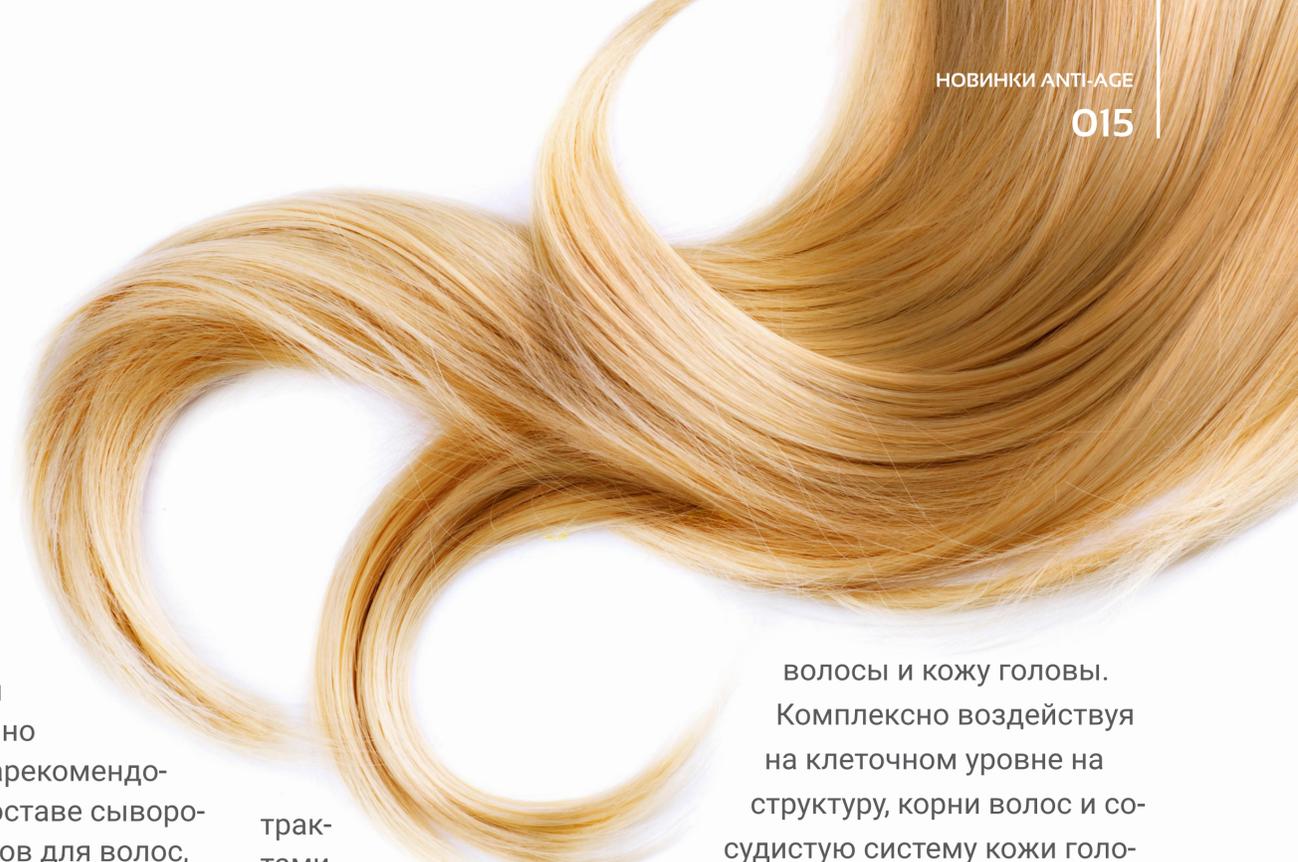
Как известно, наилучшего эффекта помогают добиться средства, в которых пептиды выступают в комбинации с ценными маслами, водорослевыми и растительными экс-

трактами, а также различными витаминными комплексами. Вполне допустимо и сочетание в одном средстве пептидов разных групп – в данном случае они будут усиливать действие друг друга.

Одной из самых эффективных линий для восстановления ослабленных и поврежденных прядей является SPA LINE, предназначенная для омоложения волос и кожи головы. Это настоящее спасение, или, если хотите, «реаниматоры» для тусклых и безжизненных волос. Шампунь, бальзам-ополаскиватель и маска для волос с пептидами предназначены не только для гигиены, но и для лечебного воздействия на

волосы и кожу головы. Комплексно воздействуя на клеточном уровне на структуру, корни волос и сосудистую систему кожи головы, пептиды восстанавливают естественную красоту ваших локонов.

Наука и anti-age технологии не стоят на месте, а потому косметические препараты постоянно совершенствуются, улучшаются их формулы и упаковка. Специалисты Центра Ревитализации и здоровья усовершенствовали состав и внешний вид гаммы SPA LINE и представляют обновленную, еще более мощную и интенсивно действующую линию средств для поддержания и восстановления естественной красоты ваших волос.



# ШАМПУНЬ ОМОЛАЖИВАЮЩИЙ ДЛЯ ВСЕХ ТИПОВ ВОЛОС С ПЕПТИДАМИ

**Шампунь в обновленной версии** содержит комплексы коротких пептидов. Комплекс AA-2 содержит пептид Т-звена иммунной системы, стимулирующий регенерацию волосяных фолликулов, комплекс AA-9 – пептиды хрящей, укрепляющие корни волос и структуру кожи головы, комплекс AA-7 – пептиды сосудистой стенки, улучшающие микроциркуляцию в коже головы, и биоантиоксидатный комплекс «Неовитин», снимающий воспаление и ускоряющий процессы обмена.

Что же отличает этот шампунь от предшественника? Прежде всего – новая усовершенствованная формула. В обновленную формулу шампуня помимо синтезированных пептидов вошли протеины молока и йогуртовый порошок, йогуртин (yogurtene), в составе использованы современные моющие, пенообразующие компоненты.

**ЙОГУРТИН (YOGURTENE®)** – молочный ингредиент нового поколения. Это практически традиционный йогурт, который делают из сыворотки или нежирного молока, но высушенный для более легкого использования

в косметике. Йогуртин – природный коктейль, включающий в себя лактозу, молочную кислоту, витамины А и В, минералы, низкомолекулярные жиры – все для здоровья, красоты и сияния вашей кожи и волос!

При использовании в моющих рецептурах Йогуртин улучшает уровень увлажненности кожи, обеспечивает кондиционирование волос и увеличение объема без утяжеления. Он оказывает питающее действие, облегчает расчесывание и улучшает укладку, придает волосам блеск и объем, удерживает влагу, стимулирует регенерацию клеток, возвращает здоровье.

**МОЛОЧНЫЕ ПРОТЕИНЫ** – это специфические белковые комплексы и молочная сыворотка. Они обладают увлажняющим, смягчающим и регенерирующим свойством. Также молочные протеины богаты аминокислотами, что придает коже гладкость, питает кожу и ликвидирует шелушение.

Контактируя с кожей, молочные протеины начинают действовать мгновенно. Они обладают свойством синтеза коллагена и об-

новляют эпидермис. Кроме этого, молочные протеины имеют противомикробное и противовирусное действие, обогащают кожу питательными веществами и повышают иммунитет.

**ПРОТЕИНЫ ПШЕНИЦЫ** удерживают влагу в глубоких слоях волос, за счет образования невидимой пленки на ее поверхности, следовательно, используются для защиты в жаркий период года, нейтрализует действие свободных радикалов. Зародыши пшеницы отличает высокое содержание белков, что стимулирует обменные процессы в клетках кожи, потому что они очень близки по структуре к зародышевым клеткам человека, регенерирует и омолаживает кожу.

Новые ПАВы, включенные в состав шампуня, обеспечивают мягкое очищение волос, густую кремообразную пену. С их помощью шампунь быстро удаляет загрязнения, независимо от жесткости воды. Так что после его применения волосы быстро сохнут, легко расчесываются, становятся гладкими и блестящими.



## БАЛЬЗАМ ДЛЯ ВСЕХ ТИПОВ ВОЛОС С ПЕПТИДАМИ

В обновленной формуле **бальзама для всех типов волос с пептидами SPA LINE** содержатся комплексы коротких пептидов: AA-2 пептид Т-звена иммунной системы, стимулирующий регенерацию волосяных фолликулов, AA-9 пептиды хрящей, укрепляющий корни волос и структуру кожи головы, йогуртин, протеины молока и пшеницы.

Имея в составе современные и мощные ультракороткие пептиды и растительные компоненты, он обладает целым спектром положительных эффектов: действует на внутриклеточном уровне, реконструируя структуру волос, делает их более сильными и прочными, укрепляя и восстанавливая изнутри. В результате решаются главные задачи: восстанавливается структура волос, повышается прочность, волосы наполняются жизненной силой, становятся мягкими на ощупь, к ним возвращается здоровый блеск. Новый состав бальзама также обогащен йогуртином, протеинами молока и протеинами пшеницы.

И, конечно, говоря о насыщенной формуле бальзама, нельзя обойти вниманием биофлавоноидный комплекс «Активитин», входящий, как в состав предыдущей, так и новой версии продукта. Это запатентованный двухфазовый экстракт шалфея, ромашки, календулы и зверобоя. Он оказывает всестороннее целебное действие на структуру волос. Биологически активные вещества, содержащиеся в экстракте, благотворно воздействуют на кожу головы, снимают воспалительную реакцию, решают задачи витаминного питания, увлажнения, регенерации, антиоксидантной защиты.



## КРЕМ-МАСКА ДЛЯ ВОЛОС

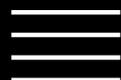
**Крем-маска SPA LINE**, обогащенная ценной аминокислотой аргинином, глубоко проникает в структуру волос и восстанавливает ее поврежденный слой. Она активизирует обменные процессы в коже головы, улучшает кровоснабжение корней волос, улучшает состояние волосяных луковиц, стимулирует обменные процессы в корнях, стимулирует кровоснабжение клеток кожи головы, защищает волосы от агрессивного воздействия окружающей среды, делает их блестящими, гладкими и шелковистыми, обогащает питательными веществами.

Обновленная формула Крем-маски действует в трех направлениях: интенсивно питает волосяные луковицы, укрепляет корни и стимулирует рост волос. Подобный эффект обеспечивается аминокислотой аргинином, которая является важным составляющим компонентом структуры волокна волоса. Ее молекулы насыщают питательными веществами корни волос, проникают в волокна по всей длине, способствуя запуску саморегенерации и восстановлению поврежденных участков. Ломкость волос уменьшается.

Кроме того, в составе маски — суперпитательный микс из масел миндаля, жожоба и виноградных косточек, которые деликатно восстанавливают структуру прядей, при этом не утяжеляя их. Именно благодаря таким ценным природным компонентам, она способна реанимировать даже самые сухие и безжизненные пряди, укрепить структуру волос изнутри, придать им мягкость и эластичность.

Поводя итог всему сказанному, отметим, что все средства по уходу за волосами SPA LINE не содержат в составе парабенов и сульфатов, а значит, деликатно очищают волосы, препятствуя вымыванию цветового пигмента.

Наслаждайтесь солнцем, морем, путешествиями и романтикой отпуска. А инновационная серия SPA LINE позаботится о красоте и здоровье ваших волос. При таких защитниках можно смело нырять в морскую пучину, загорать на солнышке и делать самые смелые летние укладки. Отныне красота волос не требует жертв.





# МЕТАМОР- ФОЗЫ ВАШЕЙ КОЖИ

Знаете ли вы, что состояние кожи в течение дня постоянно меняется? Давайте узнаем ее «распорядок дня». Это позволит ухаживать за ней более грамотно. ▷▷



## 🕒 5<sup>00</sup> – 7<sup>00</sup>

Неважно, спите ли вы, просыпаетесь, или только ложитесь после ночной вечеринки – кожа готовится к трудовому дню. Железы внутренней секреции начинают вырабатывать гормоны, мобилизующие защитные функции. Регенерация замедляется, снижается способность воспринимать косметические средства. Поэтому не следует с утра наносить питательную маску. Кожа, настроенная на защиту от внешних воздействий, не даст их компонентам проникнуть в глубокие слои. В это время она с благодарностью примет водные процедуры (особенно холодную воду, которая поможет коже окончательно «проснуться»).

## 🕒 15<sup>00</sup> – 17<sup>00</sup>

После дневных стрессов кожа настраивается на восстановление. Это самое благоприятное время для ухода за собой. Чистка, маска, пилинг – все косметические процедуры дадут блестящий эффект.

## 🕒 7<sup>00</sup> – 8<sup>00</sup>

Усиливается кровоснабжение в подкожных сосудах, и в коже повышается содержание активных веществ. Поэтому – внимание! В это время повышается вероятность любых аллергических реакций, и проявляются они сильнее, чем вечером. В этот час не стоит экспериментировать с новыми косметическими средствами, особенно если вы – аллергик. А вот проверенные активные средства внедряются очень хорошо и дадут видимый результат.

## 🕒 20<sup>00</sup> – 22<sup>00</sup>

Организм настраивается на вывод накопившихся за день токсических веществ. Поэтому хороший эффект дадут баня или сауна. С потом выводится большое количество шлаков, а сами процедуры прекрасно расслабляют и подготавливают организм ко сну. После бани нанесите на кожу восстанавливающую маску, а затем питательный крем (по возрасту и типу кожи), иначе, потеряв большое количество влаги, она станет сухой и будет шелушиться.

## 🕒 8<sup>00</sup> – 10<sup>00</sup>

Сосуды начинают сужаться. Давление крови в них повышается, стенки становятся крайне чувствительными как к внешним, так и к внутренним воздействиям. Поэтому старайтесь в это время не курить. Помните, что сигарета, выкуренная после завтрака, старит кожу быстрее, чем несколько сигарет, выкуренных в другое время суток. В это время кожа с благодарностью воспримет увлажняющие кремы и средства с SPF. Также в это время противопоказаны сауна и баня. Зато вероятность аллергии снижается – можно смело наносить макияж.

## 🕒 22<sup>00</sup> – 4<sup>00</sup>

Правы наши бабушки, которые говорили: «Час сна до полуночи равен двум часам сна после полуночи». Ведь в это время организм вырабатывает мелатонин – «гормон молодости». Поскольку основные функции антиоксидантного действия мелатонина направлены на защиту ДНК, он является комплексной защитой от старения. Именно возрастное снижение секреции мелатонина провоцирует старение внутренних органов и ухудшает состояние кожи.

## 🕒 10<sup>00</sup> – 12<sup>00</sup>

В полдень активизируется деятельность сальных желез, и кожа начинает блестеть. Излишки кожного жира можно убрать, промокнув лицо специальной салфеткой.

## 🕒 22<sup>00</sup> – 6<sup>00</sup>

Хронобиологи утверждают, что пища, съеденная после 22:00 обязательно отразится на вашем лице – ухудшит его цвет, спровоцирует появление угрей. Дело в том, что поздним вечером организм почти перестает вырабатывать пищеварительные ферменты и тонус кишечника падает. В результате пища не переваривается, а разлагается, отравляя организм токсинами.

## 🕒 13<sup>00</sup> – 15<sup>00</sup>

Артериальное давление понижается, кожа устает, ее тонус падает и морщины кажутся более резкими, так что не назначайте на это время романтических свиданий. Проблему можно решить хотя бы получасовым послеобеденным отдыхом или прогулкой на свежем воздухе. Если вам такой отдых недоступен – расслабьтесь немного и посидите, помечтайте!

**ГРАМОТНЫЙ ПОДХОД К УХОДУ ЗА КОЖЕЙ ОБЕСПЕЧИТ ЕЕ СИЯНИЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ.**

# ЖАРОПОНИ- ЖАЮЩЕЕ ДЛЯ КОЖИ

МАРИНА ВЕЛЕНГУРИНА  
Россия, Москва

Жгучее летнее солнце – не самый лучший товарищ нашей кожи. Не все радуются солнцу и новым легким платьям. Есть и те, кто прячется в тень и не доверяет соленой воде. Наслаждайтесь быстротечным летом, не забывая позаботиться о коже. В этой статье мы расскажем о том, как правильно ухаживать за ней жарким летом.



**1 УСПОКОЙТЕСЬ.**

Если ваша кожа раздражается по любому поводу, будь то солнечный луч или комариный укус, выберите правильные продукты и ни о чем не беспокойтесь. Такие легкие кремы, как **RN 02 для лица дневной омолаживающий** и **RN 04 для проблемной кожи** без красителей и синтетических отдушек, зато с противовоспалительными и успокаивающими компонентами, помогут коже не просто пережить зной, но и получить от лета удовольствие.

**2 ПОДПИТАЙТЕСЬ.**

Как ухаживать за кожей лица летом? Как правило, чем выше температура за окном, тем жирнее становится кожа. Однако это не повод лишать ее увлажнения. Ведь жара виновна еще и в обезвоживании эпидермиса. Переходите с насыщенных кремов на легкие текстуры, особенно, если у вас жирная кожа и склонные к закупорке поры. Летнее бьюти-средство должно быть способно на многое (защита от солнца, профилактика пигментации, контроль себума), но, прежде всего – быстро и ощутимо увлажнять. Вам в помощь активный ревиталайзер для лица **Revilab evolution №3**. Он основан на уникальной комбинации пептидных комплексов, низкомолекулярной гиалуроновой кислоты и растительных экстрактов. Именно они обеспечивают высокую эффективность этого спасительного крема. Его основные преимущества: прекрасное увлажнение и регенерация, возможность нейтрализовать влияние стресса, вызванного внешними факторами, противовоспалительное и успокаивающее действие.

**3 БОРИТЕСЬ С ВОСПАЛЕНИЯМИ.**

Если прыщики и черные точки не сдаются и продолжают размножаться с невероятной скоростью, подключите **тоник мицеллярный REVILINE**. Сочетание в нем ухаживающих ингредиентов, увлажняющих компонентов, мягких поверхностно-активных веществ обеспечивает максимальное очищение, позволяет эффективно предотвратить появление различных воспалений на коже. Затем берите на вооружение крем **Reviline 04** для проблемной кожи. Он не только улучшает микроциркуляцию и трофику, но и нормализует жирность кожи, регулирует ее гидробаланс, препятствует угревым высыпаниям и воспалениям.

**4 ОСВЕЖИТЕСЬ.**

Держите под рукой **тоник Reviline pH-баланс**, буквально оживляющий кожу и способствующий восстановлению кислотно-щелочного равновесия кожи лица до оптимальных показателей. При регулярном использовании тоник Reviline pH-баланс существенно повышает устойчивость кожи к различным стрессовым воздействиям, разглаживает морщины и улучшает цвет лица. «Принимайте душ» всегда и везде, как только кожей почувствуете некомфортные ощущения или духоту.

**5 НЕ ЗАБУДЬТЕ О ГЛАЗАХ.**

Лепестки для глаз Reviline – это такой же летний must have, как солнцезащитные очки и босоножки. С отеками, темными кругами и даже головной болью это инновационное средство поможет справиться в два счета. Выбирайте те, которые вам больше подходят. **Подтягивающие** – стимулируют процессы регенерации тканей, укрепляют

коллагеновую структуру кожи и повышают ее упругость, обладают антиоксидантным действием, благодаря чему в кратчайшие сроки достигается видимый эффект омоложения. **Лепестки от темных кругов под глазами** способствуют исчезновению отеков и припухлостей, действуя в глубоких слоях кожи.

**6 ЗАЩИЩАЙТЕСЬ ОТ СОЛНЦА**

У каждой кожи свои особенности и склонности. Одна расцветает воспалениями, другая покрывается морщинками раньше времени, третья склонна к повышенной пятнистости. Если проблема пигментации знакома вам не понаслышке, самым правильным будет позаботиться о качественной профилактике или решать проблему на ранних стадиях. Я рекомендую своим клиентам в таком случае свести к минимуму пребывание на улице в период солнечной активности. Выработку меланина стимулирует не только УФ-лучи, но и солнечное тепло. Мы отсиживаться летом за темными шторами не согласны, поэтому предлагаем SPF 50 (обновляем несколько раз в день даже в городе), темные очки овер-сайз, шляпу с широкими полями, а перед сном – ревиталайзер **Revilab evolution №3** – настоящее спасение для вашей кожи в условиях жаркого лета. Или возьмите пример со знаменитостей: Сара Джессика Паркер, Энн Хэтэуэй и Гвен Стефани прячутся от североамериканского солнца под яркими зонтиками.

**7 ВОССТАНОВИТЕСЬ.**

Тогда как небольшие дозы солнечных лучей полезны для здоровья, передозировка грозит серьезными проблемами (от ожогов и морщин до заболеваний кожи). Как правильно летом ухаживать за кожей? Чтобы привести в норму лицо после целого дня на пляже, воспользуйтесь трехуровневой системой. Сначала умойтесь прохладной водой с применением нежного моющего средства (идеально подойдет крем-мыло с пептидами из линии SpaLine), чтобы успокоить кожу. Далее ультраувлажняющую сыворотку **Revilab evolution №5**, а поверх – крем **REVILINE® PRO регенерирующий**, особенно незаменимый для восстановления воспаленной, чувствительной и легко раздражаемой кожи.

**8 ПОМОГИТЕ КОЖЕ ИЗНУТРИ.**

Содержащийся в anti-age препаратах **Revilab ML 08**, «Комплексе 3R», «Мезотеле Нео», антиоксидант ресвератрол уменьшает покраснения от солнечных ожогов, оказывает противовоспалительное и антиоксидантное действие. Ко всему прочему ресвератрол обладает мощными антиканцерогенными, гепатопротекторными и противовоспалительными свойствами. Он нормализует клеточный обмен и усиливает транспорт кислорода, регулирует жировой обмен в печени, укрепляет сосудистую стенку и снижает ее проницаемость, улучшает реологические показатели крови.

В общем, пользуйтесь моментом – ловите каждый солнечный денек. Чувствуйте себя неотразимой. Отдыхайте активно и с удовольствием. И, конечно, позаботьтесь о самых необходимых must have средствах, которые будут всегда под рукой. А с такими beauty-помощниками вам никакая жара не страшна!



«БЫТЬ МОЖНО  
ДЕЛЬНЫМ  
ЧЕЛОВЕКОМ  
И ДУМАТЬ  
О КРАСЕ  
НОГТЕЙ»

МАРИНА МЕРКУЛОВА  
Украина, Одесса

Мужской маникюр – процедура, необходимая в современном мире, которая помогает мужчине чувствовать себя уверенно в любых ситуациях и является частью имиджа, как стильный костюм, брендовая обувь и хорошая стрижка. ▷▷



ПЕРВЫМИ МУЖЧИНАМИ, КОТОРЫЕ УХАЖИВАЛИ ЗА КРАСОТОЙ СВОИХ НОГТЕЙ, БЫЛИ ДРЕВНИЕ ЕГИПТЯНЕ – ФАРАОНЫ. ПОСЛЕДОВАТЕЛЯМИ ДАННОЙ ТРАДИЦИИ СТАЛИ ИМПЕРАТОРЫ В ДРЕВНЕМ КИТАЕ. В ЕВРОПУ МОДА ПО УХОДУ ЗА НОГТЯМИ У МУЖЧИН ПРИШЛА В 19 ВЕКЕ, ЭТО БЫЛО РАСПРОСТРАНЕНО СРЕДИ БИЗНЕСМЕНОВ, ПОЛИТИКОВ И ЗВЕЗД. И, НАКОНЕЦ, В 20 ВЕКЕ МУЖСКОЙ МАНИКЮР ПОЛУЧИЛ ВСЕОБЩЕЕ ПРИЗНАНИЕ И СТАЛ ВЫПОЛНЯТЬСЯ В САЛОНАХ.

РУКИ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СИЛЬНОГО ПОЛА НУЖДАЮТСЯ В НЕ МЕНЬШЕМ ВНИМАНИИ И ЗАБОТЕ, ЧЕМ ЖЕНСКИЕ. ПОСЛЕДНИЕ 3 ГОДА МУЖСКАЯ АУДИТОРИЯ ЗНАЧИТЕЛЬНО «ПОМОЛОДЕЛА»: СРЕДНИЙ ВОЗРАСТ КЛИЕНТА СОСТАВЛЯЕТ 25-30 ЛЕТ. ПРИЧЕМ МАНИКЮР СТАНОВИТСЯ ВОСТРЕБОВАННОЙ УСЛУГОЙ НЕ ТОЛЬКО У ЛЮДЕЙ ТВОРЧЕСКИХ ПРОФЕССИЙ, НО И У ВСЕХ ТЕХ, КТО ЗАБОТИТСЯ О ГИГИЕНЕ И ЭСТЕТИКЕ СВОИХ РУК.

## РАССМОТРИМ ПЯТЬ ОСНОВНЫХ ПРИЧИН, ПОЧЕМУ МУЖЧИНАМ НУЖЕН МАНИКЮР:

### КАРЬЕРА

Хорошо сидящий костюм, начищенные ботинки, ухоженные руки. Да, это джентльмен. Положим, костюм вы купили по плечу, а ботинки приучили себя чистить или носить мастеру, но вот руки... Если грязную обувь можно списать на погодные условия, то руки в заусенцах и с отросшими ногтями под стол переговоров не спрятать.

Часто вы, мужчины, слышите совет: хочешь стать начальником – одевайся как начальник. Соответствующее к себе отношение – аккуратность, ухоженность рук – говорит о том, что человек будет требователен и внимателен в работе. Кроме того, ухоженный вид рук придает вам уверенность и доверительное отношение партнеров.

### ЗДОРОВЬЕ

Мужской маникюр не только приведет внешний вид рук в порядок, но и избавит ваши руки от заусенцев, мозолей, трещин, где концентрируются большинство микробов и бактерий. Он улучшит циркуляцию крови в капиллярах, к ногтям начнет поступать кислород, ногти будут защищены от грибка. Это нормальное требование гигиены, как чистые волосы и носки. А чтобы ваши руки выглядели эстетично и аккуратно, используйте соответствующие косметические средства.

### ЭСТЕТИКА

Ухоженные, чистые руки, без заусенцев, обломанных и наспех обрезанных ногтей – это эстетично. Мужской маникюр – это прекрасная инвестиция в ваш имидж, ногти приобретают аккуратную форму, и вы выглядите элегантно.

### ЛИЧНАЯ ЖИЗНЬ

Ухоженный внешний вид – одно из базовых условий для достижения успеха не только в делах, но и в личной жизни. К тому же практически любая женщина ценит в мужчине ухоженность и часто обращает внимание именно на состояние его рук.

По статистике, 76% женщин в первые часы общения внимательно следят за руками мужчины и делают свои выводы, которые во многом определяют дальнейшую судьбу отношений. Поэтому ухоженные руки и ногти оказываются большим плюсом в пользу мужчины в глазах женщин. Не говоря уже о том, что следить за презентабельным видом рук, способствующим успеху в работе, сегодня просто необходимо.

**МАНИКЮР – ЭТО ПРЕКРАСНАЯ ИНВЕСТИЦИЯ В ВАШ ИМИДЖ**

### СЕМЬЯ

Вы удивитесь, какая связь может быть с семьей, но она есть, – и вот почему. «Обрезал ногти и порядок», – скажете вы. Этот «порядок» является любимым оправданием для ленивых мужчин, которые привыкли довольствоваться меньшим, не напрягаться, закрывать глаза на разбросанные вещи и крошки на столе. Вам слегка «все равно», и это «все равно», как грибок, проникает во все сферы вашей жизни. Подумайте, если вы в таких простых вещах, как уход за ногтями, не хотите напрягаться, то как вы проявите себя в сложных семейных ситуациях или в отношениях со своей любимой женщиной или со своими детьми?



## МЫЛО РУЧНОЙ РАБОТЫ SPA LINE

Для того, чтобы поддерживать кожу рук в идеальном состоянии, я рекомендую использовать **мыло ручной работы омолаживающее SPA LINE**: мягкое, бережно очищает, восстанавливает, увлажняет кожу рук, так же ускоряет процесс заживления трещин и ран, обладает антисептическим действием, защищает ваши руки от вредных внешних воздействий.

Мыло ручной работы «Омолаживающее» SPA LINE не только тонизирует и освежает, но и омолаживает кожу с помощью трипептида меди. Состав продукта обогащен эфирным маслом грейпфрута, обладающим антибактериальным и иммуномодулирующим эффектом.

Оно расслабляет, проявляет качества афродизиака, освежает кожу рук. Оливковое масло является отличным антиоксидантом, смягчает кожу и препятствует ее шелушению. Касторовое масло в формуле мыла используется в качестве питательного средства для сухой кожи рук, смягчает, помогает справиться с огрубением вашей кожи.

**Мыло ручной работы «Ухаживающее» SPA LINE** оказывает успокаивающее и противовоспалительное действие, питает, увлажняет кожу, обладает антисептическими свойствами, очищает, возвращает коже здоровье и комфорт. Фильтрат секрета виноградной улитки в составе способствует предупреждению старения кожи, питанию, увлажненности, помогает избавиться от рубцов и шрамов, предотвращает рост бактерий, снимает воспаление. Оливковое масло смягчает, питает и препятствует шелушению кожи рук. Пальмовое масло имеет ранозаживляющие и противовоспалительные свойства, рекомендуется для ухода за сухой потрескавшейся кожей рук. Цветы ромашки и календулы оказывают бактерицидное, ранозаживляющее и дезинфицирующее действие. Цветы липы обладает болеутоляющими, успокаивающими и антиоксидантными свойствами.

## СЕРИЯ КРЕМОВ REVILINE PRO

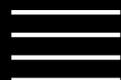
**Серия кремов Reviline Pro** оказывает интенсивный и бережный уход за кожей рук, питает, увлажняет, оказывает антиоксидантное действие. Сочетание коротких пептидов, эффективных растительных экстрактов и натуральных масел позволяет противостоять старению кожи и разрушающему воздействию агрессивных факторов окружающей среды. Масло какао в составе крема предаст вашей коже рук эластичность и упругость, так как обладает регенерирующим и заживляющим свойствами. Разнообразные масла, входящие в формулу кремов богаты витаминами А и Е, оказывают ранозаживляющее, противовоспалительное действие используются в качестве питательного средства для сухой кожи, помогает справиться с шелушением и с потрескавшейся кожей рук. Кора дуба считается одним из лучших средств, укрепляющих стенки сосудов. Ее активным компонентом является танин, который обладает антисептическим и противовоспалительным действием.

## КРЕМ ДЛЯ РУК REVILINE 10

**Крем для рук Reviline 10** – питательный, гипоаллергенный, защищает кожу рук, дарит ей мягкость и шелковистость. В его составе пептиды сосудов, костно-хрящевой ткани, тимуса улучшают текстуру кожи, борются с возрастными изменениями и повышают устойчивость кожи к перепадам температур и другим воздействиям агрессивных факторов окружающей среды.

Масло Ши обладает увлажняющим, смягчающим, антиоксидантным эффектом, превосходно защищает, улучшает микроциркуляцию. Пантенол, благодаря витамину В5, способствует снятию воспаления, увлажняет, устраняет шелушение кожи, способствует уменьшению рубцов и шрамов. Пчелиный воск оказывает бактерицидное и ранозаживляющее действие.

**КАК МАСТЕР МАНИКЮРА, РЕКОМЕНДУЮ ОСУЩЕСТВЛЯТЬ УХОД ЗА РУКАМИ 1 РАЗ В 10 ДНЕЙ. ПРОЦЕДУРА ПРИЯТНО РАССЛАБИТ, ПОДНИМЕТ ВАМ НАСТРОЕНИЕ, СНИМЕТ УСТАЛОСТЬ И СТРЕСС. ВАШИ РУКИ ВСЕГДА БУДУТ АККУРАТНЫ И ЭСТЕТИЧНЫ.**



# ДОЛГОЙ МОЛОДОСТИ ЗА 5 МИНУТ

**ЛЮДМИЛА ОРЛОВА, косметолог**  
Россия, Москва

Хотите сохранить молодость кожи, избавиться от самых разных признаков старения без инъекций и подтяжек, и при этом не потратить целое состояние на походы к косметологу? С нами это возможно!



В ЭТОМ ВЫПУСКЕ ЖУРНАЛА ХОТЕЛОСЬ БЫ ПОДЕЛИТЬСЯ ПОЛЬЗОЙ ФЕЙС-ФИТНЕСА, КОТОРЫЙ МНОГИЕ НЕДООЦЕНИВАЮТ. А ЭТО ОЧЕНЬ ВАЖНЫЙ АСПЕКТ ЖИЗНИ, НАРАВНЕ С УТРЕННЕЙ ЗАРЯДКОЙ И ЧИСТКОЙ ЗУБОВ.

Фейс-фитнес – простой комплекс упражнений, который укрепит ваши мышцы лица и поможет скорректировать носогубные складки, уменьшить мешки под глазами и морщины на лбу. Исходя из моего опыта, много времени тренировка не занимает, главное – регулярность, как в спорте. Если вы хотите сделать пресс выраженным, а живот плоским, то нет смысла заниматься 1 раз в неделю, так как мышцы за это время опять расслабятся. Поэтому выделяем 5 минут для своей красоты ежедневно.

Итак, за дело. На очищенное лицо наносим пептидный комплекс для кожи – **ПК-13** (необходимо 5 капель на прорабатываемую зону) и столько же капель масла жожоба. Оно идеально сочетается с пептидами, имеет очень легкую текстуру, высокую проникающую способность, обладает увлажняющим, регенерирующим, противовоспалительным и смягчающим действием. Кроме того, масло является сильным антиоксидантным средством, что обуславливает его омолаживающее действие, а также средством, стимулирующим процессы регенерации клеток кожи. А еще, помимо витамина Е и других полезных витаминов, в его составе содержатся аминокислоты, протеин, по свойствам схожий с коллагеном, который, как известно, отвечает за упругость и эластичность нашей кожи.

А теперь, шаг за шагом, прорабатываем проблемные зоны.

## СКАЖИТЕ «НЕТ» ВЫРАЖЕННЫМ НОСОГУБНЫМ СКЛАДКАМ

Появление выраженных носогубных складок – удел улыбчивых, эмоциональных людей с активной мимикой и артикуляцией. Закладываются они в мышечном слое очень рано – еще в подростковом возрасте. Но если в молодости упругая кожа скрывает эту проблему, то с возрастом проявление носогубных складок становится все более явным. Упражнение простое. Поставьте указательные пальцы обеих рук внешней стороной на носогубные складки. А теперь очень нежно и аккуратно надавливайте на щеки вверх и в стороны. По сути, вы приподнимаете щеки. Уделяйте носогубным складкам одну минуту в день в течение недели и увидите, они сдадутся.

## УБИРАЕМ «ЛЬВИНУЮ» СКЛАДКУ

Любите хмуриться и воинственно сводить брови? А вот и напрасно! Межбровную складку убрать не так просто. Но попробовать стоит. Посмотрите на себя в зеркало и изобразите гнев. Видите складку? Теперь к месту, где она проявляется, прижмите соединенные указательный и средний пальцы и снова попробуйте сморщить брови. Удер-

живайте напряжение в течение минуты. А еще почаще улыбайтесь.

## КОРРЕКТИРУЕМ ПРОДОЛЬНЫЕ МОРЩИНЫ НА ЛБУ

Те, кто постоянно удивляется окружающему миру и в изумлении вскидывает брови, знакомятся с продольными морщинами на лбу раньше других. Согласитесь, не самое приятное знакомство. Проще всего с такими морщинами справляются инъекции ботокса, но для тех, кто не хочет вводить это небезопасное и токсичное вещество, есть очень простое упражнение: приложите внутреннюю часть ладони ко лбу (как будто проверяете температуру). Держите руку крепко прижатой и постарайтесь поднять брови. Делаем 1 минуту.

## ШЕЯ КАК У ШАРПЕЯ? НУ УЖ НЕТ!

Именно шея так часто выдает возраст женщины. Предлагаю альтернативу водолазкам и шарфам – простое упражнение для подтяжки шеи. Посмотрите вверх, при этом надавив на бугорок, расположенный вверху гортани. Вытяните шею и начинайте поворачивать голову сначала в одну, а затем в другую сторону. Делайте это медленно, будто

рассматриваете картины на потолке. Делаем это упражнение 10 раз.

## 5. УБИРАЕМ «ГУСИНЫЕ ЛАПКИ» И МЕШКИ ПОД ГЛАЗАМИ

Мешки под глазами – проблема большинства жительниц больших городов. Тут и недосып, и вечный стресс, и плохая экология, и еще миллион причин. Укрепить кожу век и избавиться от ненавистных темных кругов под глазами поможет простое упражнение: положите пальцы на уголки глаз (указательные на внешние, а средние – на внутренние). Слегка надавите, посмотрите вверх и сильно сощурьте глаза. Скорректировать «гусиные лапки» еще проще: поместите безымянные пальцы чуть выше внешних уголков глаз. Закрывайте и открывайте глаза в течение минуты.

И в заключение этой процедуры, с учетом того, что мы делаем ее утром, нанесите крем для лица **активный ревиталайзер для лица** и **филлер для кожи вокруг глаз Revilab evolution №3**. Разогретые ткани кожи и мышцы с удовольствием примут этот омолаживающий коктейль. К тому же, ревиталайзеры обладают также защитными и антистрессорными свойствами.

Наш девиз: «Укрепляем, защищаем, сияем!»



# СПРАШИВАЛИ? ОТВЕЧАЕМ!

Если по выражению глаз легко определить настроение человека, то кожа вокруг глаз моментально выдаёт его возраст, так как она тонкая и стареет быстрее.

Причин несколько. Во-первых, она фактически лишена спасительного коллагена. Во-вторых – малейшего жирового слоя. Да и потовых и сальных желез в этой области практически нет. И наконец, толщина кожного покрова под глазами – всего-то 0,5 миллиметра. Как улучшить состояние на этих деликатных участках кожи, мы и рассмотрим в этом выпуске. Название косметических средств указано в той очередности, в которой нужно наносить на кожу.

## MINI:

- Крем-мыло с пептидами
- крем Reviline 06 для век от отеков (утром)
- крем Reviline 05 для век интенсивный (вечером)
- + дополнительно принимаем Мезотель Бьюти



## STANDART:

- Крем-мыло с пептидами
- сыворотка Revilab №5 для кожи вокруг глаз (утром)
- крем Reviline 05 для век интенсивный
- «Мезотель для лица и шеи»
- + дополнительно принимаем Revilab SL 01 и Мезотель Нео



## PREMIUM:

- Крем-мыло с пептидами
- сыворотка Revilab №5 для кожи вокруг глаз
- Активный ревиталайзер для кожи вокруг глаз Revilab №3
- + дополнительно принимаем Revilab ML 02 и Мезотель Табс



Выбирая, помните – вы достойны самого лучшего!



# ЛЕТО В ГОРОДЕ

## КАК СОХРАНИТЬ ХОРОШЕЕ САМОЧУВСТВИЕ?

**НИНА ДОБРАКОВСКАЯ**

Россия, Санкт-Петербург

Все мы обожаем лето, с нетерпением ждем его и мечтаем о ярком солнышке, сочных ягодах и фруктах. Но, положив руку на сердце, лето в мегаполисе – непростое испытание. Особенно, если отпуск откладывается или большую часть времени приходится проводить в условиях раскаленных городских улиц, сухом от кондиционеров офисном воздухе. Как пережить жару без ущерба для здоровья и эффективно поддержать организм, когда асфальт плавится под ногами, а дышать нечем? Обо всем этом вы узнаете из нашей статьи.



## ПОЧЕМУ ЛЕТОМ В ГОРОДЕ ТАК СЛОЖНО ПЕРЕЖИТЬ ЖАРУ? ПРЕЖДЕ ВСЕГО ИЗ-ЗА ВЫСОКОЙ ТЕМПЕРАТУРЫ ВОЗДУХА. ОСОБЕННО НЕПРОСТО В ЭТУ ПОРУ ЛЮДЯМ С СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫМИ И ОСТРЫМИ РЕСПИРАТОРНЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ.

Причем значение имеет не только температура в этот день, но и в последние три дня. Что же происходит с организмом в это время?

- **Мудрая природа позаботилась о нас и создала защитный механизм – любой организм реагирует на жару расширением сосудов и, следовательно, артериальное давление падает. Чтобы сохранить при этом нормальный кровоток, сердцу приходится работать в усиленном режиме, практически на пределе своих возможностей.**

- **В жару тело теряет много жидкости и вместе с ней ряд полезных микроэлементов и минеральных солей. Калий и магний, например, необходимы для поддержания сердечного ритма. И при серьезном нарушении водно-солевого баланса в организме сердце человека может просто остановиться.**

- **Следствием обезвоживания также становится сгущение крови. Вместе с расширением кровеносных сосудов это значительно увеличивает риск образования тромбов, а значит и всех связанных с этих проблем. Возрастает риск инфарктов, инсультов, лёгочной эмболии и т.п.**

К слову, в летнем знойном мегаполисе мы страдаем не только из-за высокой

температуры воздуха, но и из-за концентрации вредных веществ в атмосфере больших городов, которая тоже традиционно возрастает в летние дни.

Конечно, надеемся, что экстремально жаркое лето 2010 года не повторится и большинству из нас не придётся столкнуться с ужасными последствиями жаркой погоды. Но даже в условиях обычного, не самого экстремально жаркого лета жителям мегаполисов необходимо особенно внимательно относиться к своему здоровью.

### СПАСЕНИЕ В ВОДЕ

Спасти организм от перегрева поможет и обычная питьевая вода. С потом теряется много жидкости, и эти потери необходимо восполнить. Если при нормальной температуре воздуха здоровому человеку достаточно 1,5 литра чистой воды в день (остальную влагу мы получаем вместе с овощами, фруктами, супами), то в жаркие дни эта норма увеличивается до 2 литров. Возьмите за правило держать дома или на работе двухлитровую бутылку минеральной воды, и не забывайте, что к концу дня она должна остаться пустой. Только не стоит слишком сильно охлаждать содержимое бутылки. Это только кажется, что холодной водой легче напиться. На самом деле

температура внутри нашего желудка – около 38 градусов, поэтому ледяная жидкость ему точно не понравится!

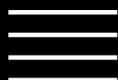
Обычная вода – лучшее средство для утоления жажды в жару. Чай и кофе для этой цели не подходят, так как содержащиеся в них кофеин и пуриновые основания обладают мочегонным эффектом. Поэтому чашка чая, выпитая за завтраком или обедом, не должна учитываться в вашей «двухлитровой дневной норме» жидкости. Не годятся для жаркого дня и сладкие напитки – сахар только усиливает жажду.

### КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ В ЖАРУ?

Находясь на солнце или в душном помещении, легко перегреться. К симптомам перегревания относится головокружение, головная боль, тошнота. Кожа больного становится влажной, дыхание – поверхностным, пульс – слабым и частым, лицо бледнеет.

Вам в помощь – современные пептидные препараты **Revilab ML 04**, **Revilab SL 01** (целый ряд ультракоротких пептидов, антиоксиданты и строительный материал для клеток), которые обеспечивают максимальный эффект и быстрый результат в восстановлении работы сердечно-сосудистой системы.

**ВАЖНО! ЛЮДЯМ С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ, А ТАКЖЕ ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ ЛЕТОМ СТОИТ БЫТЬ ОСТОРОЖНЫМИ. ЖАРА МОЖЕТ УСУГУБИТЬ ТЕЧЕНИЕ ЛЮБОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ. ОСОБЕННО БДИТЕЛЬНЫМИ НУЖНО БЫТЬ ГИПЕРТОНИКАМ И СТРАДАЮЩИМ БОЛЕЗНЯМИ СЕРДЦА. СТАРАЙТЕСЬ ИЗБЕГАТЬ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК, НЕ ВЫХОДИТЬ НА УЛИЦУ В ЖАРКИЕ ЧАСЫ.**



Для общего укрепления сосудов и нормализации артериального давления лучше принимать **«Превин»** и **«Мезотель табс»**. «Превин» – препарат на основе гесперидина, никотинамида и растительных компонентов. Обладает мощным антиоксидантным и ангиопротективным действием. Расширяет сосуды, улучшает микроциркуляцию, способствует снятию венозного застоя, укреплению стенок кровеносных сосудов и капилляров, снижает кровяное давление, тем самым препятствуя развитию инсульта и инфаркта.

Никотиновая кислота, входящая в состав препарата, активно участвует в окислительно-восстановительных процессах, превращающих сахар и жир в энергию, благоприятно влияет на липидный обмен и способствует снижению уровня холестерина в крови.

«Мезотель табс» – скорая помощь вашей сосудистой системе и работе головного мозга, поскольку в составе к традиционным холину и ресвератролу добавлен экстракт зеленого чая, витамин B6 и глицин. Препарат незаменим в жару, поскольку способствует антиоксидантной и антистрессорной защите организма, улучшению мозгово-

го кровообращения, повышению умственной работоспособности, восстановлению памяти и концентрации внимания, улучшению обменных процессов в организме.

### ПРОСТУДА ЛЕТОМ – НЕ РЕДКОСТЬ

Резкие перепады температуры: зной на улице и поток прохладного воздуха от кондиционеров в помещениях часто способствуют простудам. Конечно, здоровый человек кашлять и страдать от насморка летом не должен. Поэтому частые простуды в жару говорят о снижении иммунитета или наличии каких-то воспалительных процессов в организме. Если это ваш случай, попробуйте укрепить здоровье при помощи комплексных препаратов для иммунной системы: **«Энсил»**, **Revilab SL 03**, **Revilab ML 02**. С их помощью вы не только помогаете иммунной системе бороться с вирусами и хроническими заболеваниями, но и поддерживаете нормальный уровень обменных процессов, усиливаете антиоксидантную защиту организма.

Отдельного внимания заслуживает препарат «Энсил». Это профилактическое средство с огромными возможностями! Он эффективно

работает не только как онкопротектор, но и как экстренная помощь при ослабленном иммунитете, перенесенных заболеваниях, стрессах, обусловленных различным неблагоприятными внешними факторами. Это препарат, существенно улучшающий параметры тканевого дыхания и регенерации.

### КОЖА ПРОСИТ О ПОМОЩИ

А что обычно делают люди, радуясь солнцу? Правильно, идут загорать. Известно, что, находясь на солнце в правильное время (а не в пик его максимального излучения), человек укрепляет иммунитет, активно вырабатывает витамин D, повышает физическую и умственную активность, легче усваивает кальций. Солнце подсушивает прыщички, предупреждает обострение нейродермита, псориаза. Однако все перечисленные факторы проявляются при кратковременном нахождении под ультрафиолетовыми лучами. Находясь длительное время под палящим солнцем, вы рискуете получить не только перегрев, но и солнечный ожог.

Под воздействием ультрафиолета происходит старение кожи, повышается риск образования меланомы

(рак кожи), может появиться фотодерматоз (аллергия на солнце).

Защищать открытые части тела (лицо, шею, область декольте, кисти рук и предплечья) нужно специальными косметическими средствами. Настоящим спасением для кожи в знойный день станет крем **Reviline pro регенерирующий**. Он стимулирует процессы регенерации клеток кожи, улучшает течение процессов клеточного метаболизма. Особенно не обойтись без него обладательницам воспаленной, чувствительной и легко раздражаемой кожи. Пептиды селезенки стимулируют восстановление тканей, укрепляют коллагеновую структуру кожи и повышают ее упругость, ускоряют заживление кожи при солнечных ожогах; обладают антиоксидантным, иммуностимулирующим действием.

Натуральные масла и экстракты растительного происхождения являются ценными источниками природных биологически активных веществ, витаминов, полиненасыщенных кислот, которые бережно ухаживают за кожей лица, питают, увлажняют, повышают репаративный (восстановительный) потенциал кожи, стимулируют обменные процессы, защищают от внешних неблагоприятных факторов.

**Reviline тоник PH-баланс** восстанавливает кислотно-щелочной баланс кожи лица благодаря входящему в его состав инновационному пептиду Rubixyl® – помощнику кожи в борьбе с повседневными стрессами. При регулярном использовании он существенно повышает устойчивость кожи к различным стрессовым воздействиям, в том числе и к солнечному излучению, разглаживает морщины и улучшает цвет лица.

И, конечно, в жару особенно актуальным будет применение **активного ревиталайзера для лица Revilab №3**. Он основан на уникальной комбинации пептидных комплексов, низкомолекулярной гиалуроновой кислоты и растительных экстрактов. Именно они обеспечивают высокую эффективность и многофункциональность этого крема. Его основные сильные стороны: увлажнение, снятие стресса, усиление регенерации и противовоспалительное и успокаивающее действие.

Наслаждайтесь летом. Грейтесь на солнышке. Заряжайтесь положительными, солнечными, летними эмоциями. И, конечно, будьте здоровы и берегите себя.



# СЕКРЕТЫ ПИТАНИЯ

## ОТ ДЕРМАТОЛОГА

# ДЛЯ ИДЕАЛЬНОЙ КОЖИ

ВИКТОРИЯ АСТАФЬЕВА  
Россия, Казань

Здоровое питание сегодня в тренде. Но о подборе рациона для улучшения состояния кожи в зависимости от проблем мало кто знает. Поэтому с удовольствием делюсь в данной статье ценной информацией. Уверена, вы по достоинству оцените этот вклад в вашу красоту и сияние.



## ЖИРНАЯ КОЖА

### ПРИЧИНЫ.

Давно доказано, что продукты с высоким гликемическим индексом повышают секрецию сальных желез.

В результате железы выделяют больше кожного сала, чем необходимо для увлажнения, и это становится причиной жирного блеска.



### ЧТО ДЕЛАТЬ.

Косметические средства спасают от жирного блеска лишь ненадолго, в то время как диета с большим содержанием витамина А поможет значительно уменьшить выделение кожного сала. К тому же, она банально вкусная и несложная — просто добавьте в рацион сушеные абрикосы, манго, морковь, яичный желток, шпинат и батат.

Также стоит сократить потребление продуктов с высоким гликемическим индексом. Ешьте меньше белого хлеба, сдобных булочек, картофеля и макарон из мягких сортов пшеницы, и скоро проблемы с кожей позабудутся.

## СУХАЯ КОЖА

### ПРИЧИНЫ.

Чрезмерная сухость кожи свидетельствует одновременно об избытке витамина Е и недостатке холестерина. Последняя причина характерна для вегетарианцев, так как наибольшую долю холестерина мы получаем как раз из мяса и рыбы.



### ЧТО ДЕЛАТЬ.

Необходимо увеличить в рационе концентрацию мононенасыщенных жирных кислот. Лучше всего они усваиваются при употреблении не масел и пищевых добавок, а цельных продуктов: бобов, морских водорослей, яиц, сои, авокадо, арахиса и других орехов.

Если вы не входите в число вегетарианцев, то старайтесь регулярно есть мясо и рыбу. Особенно полезны будут длинноперый тунец, озерная форель, скумбрия и лосось.

## ПИГМЕНТНЫЕ ПЯТНА

### ПРИЧИНЫ.

Гиперпигментация может свидетельствовать о недостатке витаминов, в частности В12. Богаты этим витамином продукты животного происхождения. Однако и без мяса можно избавиться от чрезмерной пигментации — нужно только соблюдать определенную диету.



### ЧТО ДЕЛАТЬ.

Избавлению от гиперпигментации способствуют витамины С и Е, а также антиоксиданты: например, эллаговая кислота и экстракт виноградных косточек. В большом количестве эти элементы содержатся в цитрусовых, клубнике, киви, клюкве, крыжовнике, гранатах и помидорах.

Пигментация становится еще заметнее, если долго находиться под солнцем. Чтобы защитить кожу от ультрафиолетовых лучей, необходимо употреблять в пищу продукты, богатые антиоксидантами: ягоды, грейпфруты, ананасы, сливы, брюссельскую и листовую капусту, перец чили, шпинат и гречку.

## АКНЕ И УГРЕВАЯ СЫПЬ

### ПРИЧИНЫ.

И снова всему виной продукты с высоким гликемическим индексом — не зря проблемы с прыщами чаще всего возникают у обладателей жирной кожи. Из-за роста активности сальных желез поры закупориваются, в них начинают размножаться бактерии и развиваться воспалительный процесс.



### ЧТО ДЕЛАТЬ.

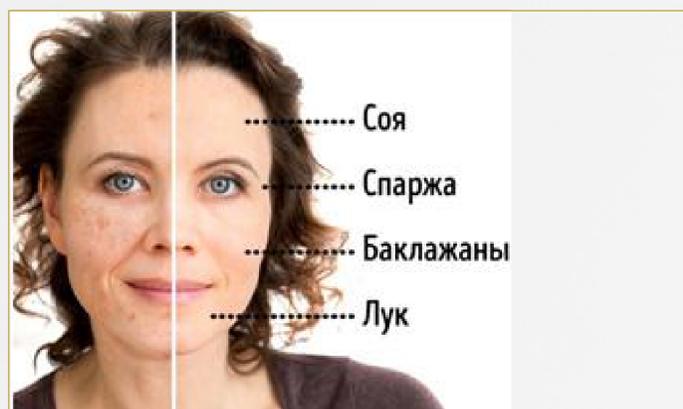
От акне тоже можно избавиться с помощью диеты. Главное, чтобы рацион включал как можно больше продуктов, богатых полиненасыщенными жирными кислотами, которые снимают воспаление. Если говорить проще, то нужно как можно чаще есть фрукты, овощи, грецкие орехи, семена льна и льняное масло, морские водоросли, морепродукты и рыбу.



## ВЫРАЖЕННЫЕ МОРЩИНЫ

### ПРИЧИНЫ.

На выраженность морщин сильно влияет наличие в рационе алкоголя, так как он вызывает обезвоживание. Также причиной преждевременного старения кожи может быть сахар, ведь содержащаяся в нем глюкоза делает кожу менее эластичной.



### ЧТО ДЕЛАТЬ.

Более 10 лет назад ученые обнаружили, что антиоксиданты способствуют еще и омоложению. Например, если каждый день есть продукты, содержащие сою, то признаки старения кожи станут почти незаметными, а от морщинок в уголках глаз вы и вовсе избавитесь.

Также исследования показали, что меньше всего морщины заметны у взрослых жителей Швеции, и это тоже следствие правильной диеты. Рацион этих людей богат зелеными листовыми овощами, шпинатом, спаржей, сельдереем, баклажанами, чесноком и луком. А вот красного мяса, сахара, сливочного масла, маргарина, молока и молочных продуктов в нем почти нет.

## ТЕМНЫЕ КРУГИ ПОД ГЛАЗАМИ

### ПРИЧИНЫ.

Ошибочно считать, что темные круги под глазами свидетельствуют лишь о недосыпе. Они могут быть симптомом серьезного заболевания — аллергии или непереносимости тех или иных продуктов, которые приводят к воспалению и потемнению области вокруг глаз.

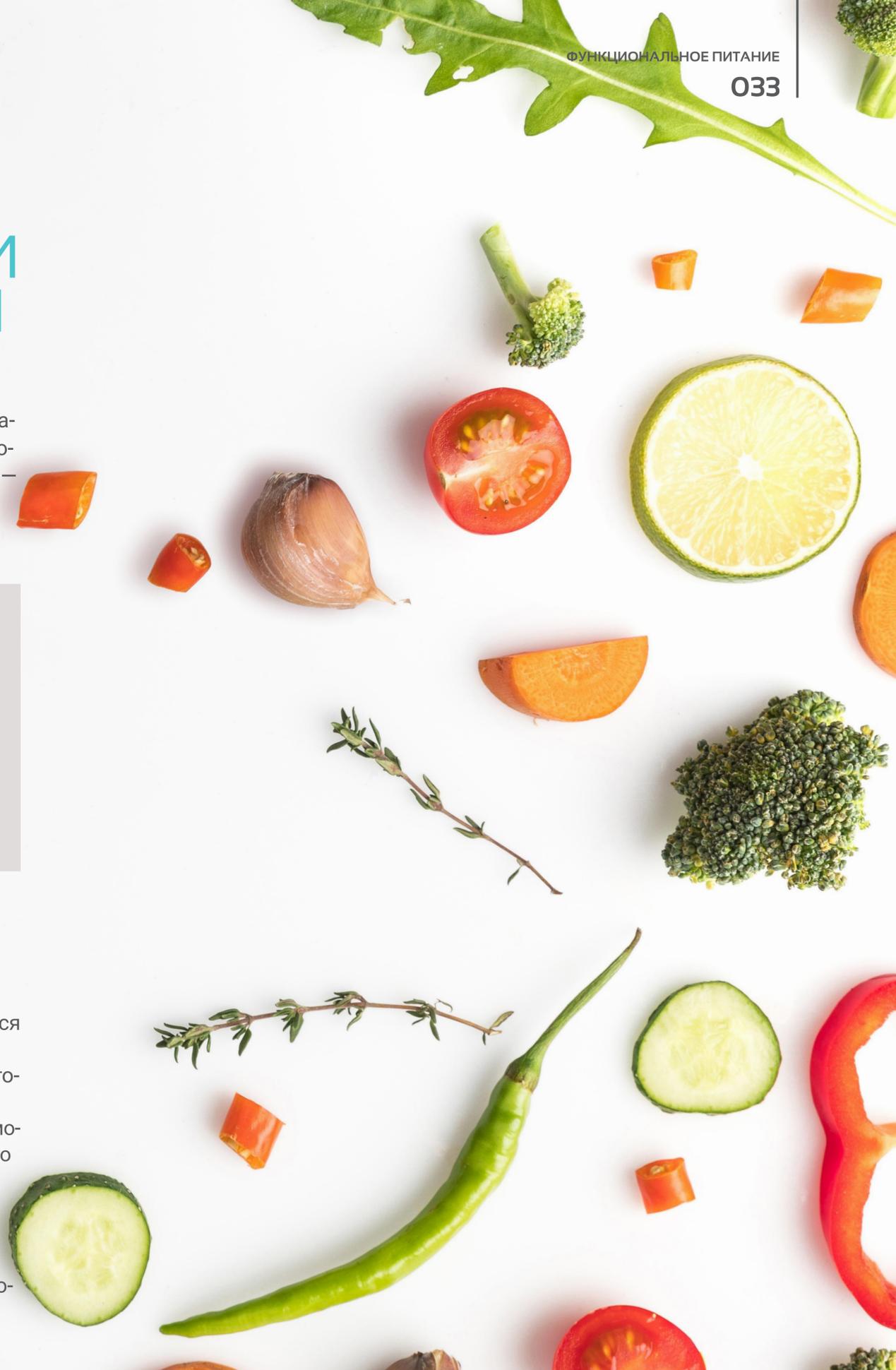


### ЧТО ДЕЛАТЬ.

Проверьтесь на пищевую непереносимость, а в ожидании результатов анализов уберите из рациона потенциально опасные продукты — например, содержащие лактозу. К ним относятся молочные продукты, хлебобулочные изделия, чипсы, растворимый кофе, супы быстрого приготовления и искусственные подсластители.

Если причина не в аллергии, то темные круги могут предупреждать вас об обезвоживании. Так что пейте вдоволь воды и не злоупотребляйте кофе.

Также стоит добавить в рацион продукты, содержащие гемовое железо и повышающие гемоглобин — его недостаток тоже может сказываться на появлении кругов под глазами. Поэтому старайтесь есть больше красного мяса, тунца, яичных желтков и гречневой каши.



# ЕДИМ ВКУСНО И ПОЛЕЗНО!

Встречайте яркое, солнечное и вкусное лето. На рецепты нас вдохновила чарующая, манящая и страстная Италия. Итальянская кухня с ее свежими, средиземноморскими, полезными компонентами является самой привлекательной в солнечный и жаркий сезон. В это номере мы нашли для вас идеальные рецепты, доставляющие не только максимум удовольствия, но и оказывающие омолаживающее действие на ваш организм.

## ИТАЛЬЯНСКИЙ САЛАТ «КАПРЕЗЕ» И МАСЛЯНЫМ КУПАЖОМ «РЕВИФОРМ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Помидоры 2шт. средн. разм.
- Моцарелла 200 г.
- Базилик 50 г.
- **Масляный купаж «Ревиформ»** 2 ст. л.
- Соус песто\* 1 ч.л.
- Перец черный, соль по вкусу.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1. Моцареллу достаем из рассола, нарезаем кружочками
2. Следующим этапом идут помидоры. Моем, обсушиваем, нарезаем кружочками той же толщины, что и сыр. При этом будет здорово, если размер нарезанных кружочков моцареллы и томатов будет примерно равным. У помидоров надо аккуратно вырезать плодоножку.
3. На красивую большую тарелку выкладываем овощи и сыр.
4. При желании чуть солим. Посыпаем свежемолотым черным перцем.
5. Все ингредиенты сбрызгиваем масляным купажом «Ревиформ».
6. Украшаем базиликом, неплохо дополнительно присыпать мелко нарезанной зеленью. На каждый ломтик сыра капаем чуточку песто.

\*Соус «песто» можно сделать самостоятельно, это совершенно не сложно. Блендер, кедровые орешки, масляный купаж «Ревиформ», пармезан, листочки базилика, пара зубчиков чеснока – вот и вся премудрость. Просто, но свежо, ароматно и своими руками! Кстати, песто – не обязательный компонент капрезе. Три кита – сыр, помидоры, базилик, все остальное просто дополняет вкус.

## ЛЕГКИЙ ИТАЛЬЯНСКИЙ ДЕСЕРТ: ПАННА КОТТА

С КИСЕЛЕМ «РЕВИФОРМ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Пастообразный творог 200 г.
- Йогурт без добавок 50 г.
- Тростниковый сахар 2 ч.л.
- Желатин 1 ст.л.
- **Кисель «Ревиформ»** 2 ст. л.
- Ягоды, орехи или фрукты по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1. Замочить желатин в 100 мл холодной воды на 30 минут.
2. Смешать творог с йогуртом, сахаром и киселем «Ревиформ», перемешать до однородной массы. Разогреть набухший желатин в микроволновой печи и влить его в творожную смесь, перемешать.
3. Разлить десерт по формочкам и отправить в холодильник на 2 часа. При подаче можно украсить ягодами, орехами или фруктами по вашему желанию.



**ВАЖНО! ДЛЯ ТЕХ, КТО ХУДЕЕТ! ЗАМЕНЯЕМ ЙОГУРТ НА КЕФИР, А САХАР НА НАТУРАЛЬНЫЙ САХАРОЗАМЕНИТЕЛЬ – СТЕВИЮ.**

## ДЕТОКС-РЕЦЕПТ: ОСВЕЖАЮЩИЙ СМУЗИ

С ДОБАВЛЕНИЕМ «МЕЗОТЕЛЯ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Вода 1 литр
- Яблоко 1 шт.
- Киви 3 шт.
- Манго 1 шт.
- Огурец 1 шт.
- Лайм 2 кусочка
- Мята 10 г.
- **Мезотель** 1 ч.л.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1. Для начала нужно настоять воду с лаймом (несколько часов).
2. Готовим все ингредиенты. Желательно, чтобы они были холодными.
3. Нарезаем и отправляем все в блендер, заливаем нашей водичкой. И не забываем добавить ложечку Мезотеля.
4. Обязательно отправляем в прозрачную емкость, чтобы насладиться не только вкусом и запахом, но и видом.



**ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО?**

Национальные блюда Италии идеальны для вашей фигуры. Визитной карточкой средиземноморской кухни стала целая команда полезнейших средиземноморских продуктов (овощи, фрукты, оливковое масло, злаки, морепродукты), а также разнообразные ароматные травы. Итальянскую еду за короткое время мы полюбили не меньше грузинской. А уж летом точно нет ничего лучше – готовится быстро, рецепты простые и доступные.

Подготовила Юлия Таратуто



# БИЗНЕС КАК РЕАЛИЗАЦИЯ ПРЕДНАЗНА- ЧЕНИЯ

ТАТЬЯНА РЫЦКАЯ  
Россия, Санкт-Петербург

«Блажен, кто выбрал цель и путь  
И видит в этом жизни суть»

Ф. Шеллинг



**ВСЕ ТЕЧЕТ, ВСЕ МЕНЯЕТСЯ. ОТ ЗАДАЧИ «ВЫЖИТЬ» ЧЕЛОВЕЧЕСТВО ПРИШЛО К ЗАДАЧЕ «ЖИТЬ», И НЕ ПРОСТО, А СЧАСТЛИВО И ДОЛГО. ВСЕ БОЛЬШЕ И БОЛЬШЕ ЛЮДИ ЗАДУМЫВАЮТСЯ О СВОЕМ ПРЕДНАЗНАЧЕНИИ, О СУТИ ЖИЗНИ, ТАК КАК ПОНИМАЮТ: ОСМЫСЛЕННАЯ ЖИЗНЬ С ПОЛЬЗОЙ И В УДОВОЛЬСТВИЕ = СЧАСТЬЕ.**

Предназначение – это жизненный путь. У каждого он свой, поэтому и индивидуальный. Его нельзя найти, ему можно только следовать. Для одного – это поиск смысла жизни, желание стать гармоничным, целостным, расти и развиваться. Поиск своего «Я» – такой философский и глубокий смысл. Для другого – поиск любимого дела, профессии, деятельности, творческой реализации. И первый, и второй пример являются предназначением. Если вы ему следуете – вы находитесь в жизненном потоке.

Давайте представим лодку как предназначение. Вы сидите в лодке, у вас есть весла, чтобы управлять ей. Плывете по реке, меняются виды, города, реальности. Управляя лодкой и сидя в ней, вы приходите к цели легко. Но представьте, что у вас нет весел, нет инструмента управления или вообще вы сошли на берег, несете лодку на себе. Трудно, тяжело, затрачиваете огромное количество сил и энергии – к цели возможно и придете, но медленно и с большим трудом. Быть в лодке и управлять ею – значит следовать своему

предназначению. И это не только бизнес, это намного больше. В каждом из нас заложены определенные способности, таланты: от врожденных до заложенных семьей и социумом. Мы сами в себе их развивали и развиваем, растем как личности. Все это и делает каждого уникальным.

Проблема многих в том, что они не знают, в чем заключается их уникальный путь. Поэтому вместо того, чтобы плыть в лодке, они несут ее на себе или без весел (без знаний), плывя по течению. Как результат: жизнь становится однообразной, наступает время разочарований и депрессий, добавляются проблемы одна за другой, следовательно, возникает опустошенность. А ведь есть возможность жить насыщенно, ярко, интересно и осознанно. Действовать, прислушиваясь к себе, от сердца – значит идти своим путём, и делать то, что считаешь нужным именно ты. Иными словами, проживать свою жизнь.

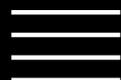
Чем хорош такой подход? Больше шансов быть счастливым. У каждого есть свое предназначение, и определить его не сможет никто, кроме нас самих. Мы являемся

хозяевами своей жизни, ведь мы осознаем: единственное, на что мы можем влиять в полной мере – это мы сами. Делать лучшее, что мы можем сделать и не ждать ничего взамен – самый верный путь к достижению всего, чего мы хотим – счастья и реализации. Мы – это именно то, что мы выбираем. Мы сами устанавливаем свои правила, решаем, как нам жить, ставим цели и стремимся к их достижению. Главное – научиться брать ответственность в полной мере за свои решения. Это самый важный момент на пути к лучшему «Я» в своем развитии.

Вспомните подробнее эпизод из фильма «Властелин Колец»: никто не мог уничтожить кольцо Всевластия, даже так называемые «профессионалы» (Гэндальф и Ко), лишь маленький хоббит Фродо. А все почему? Потому что Фродо осознал, что не стоит перекладывать ответственность на других, лучше все сделать самому. Он понял, что в этом его судьба, его предназначение. И как только он решился и взял на себя ответственность, ему все пришли на помощь. Не чудо ли это?

Так давайте сотворим чудо в своей жизни и посмотрим на бизнес под другим углом – как на способ быть счастливым и реализованным. Согласитесь, ведь есть разница: развивать бизнес только для зарабатывания денег (потому что надо) и развивать бизнес, реализуя, раскрывая свои таланты (с удовольствием и радостью). Что в душе откликается?

Наш МЛМ-бизнес настолько многогранен, что позволяет реализовать себя абсолютно с разных сторон: как организатор, как предприниматель, как творческая личность, как продавец, как эксперт-консультант, как блогер... Примерьте эти роли на себя. Какие ближе? Выберите ту, что вам по душе, и задайте вопрос: «Как, занимаясь любимым делом, я могу реализовать себя в этом бизнесе и жизни? Каков мой масштаб? От чего действительно мои глаза будут гореть ярче, а сердце биться чаще?». Если вы ответите себе честно и последуете выбранному личному пути без страха и предрассудков – вы просто обречены на успех, изобилие и счастье!



# НАШИ АВТОРЫ

## ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ — НАШИ АВТОРЫ!

Благодарим вас за активное участие в создании первого выпуска журнала НПЦРИЗ BEAUTY! Ваши реальные истории сделали его живым, интересным и многогранным.

Следующий выпуск будет еще ярче и интересней. Поэтому у вас есть отличная возможность быть его соавтором, поведав свою историю преображения, свой результат на пути совершенствования. Заявите о себе! Расскажите о своем уникальном опыте применения продукции НПЦРИЗ, о том, как это изменило вашу жизнь, помогло осуществить мечты. Присылайте статьи по адресу: [beauty@npcriz.ru](mailto:beauty@npcriz.ru)



**ВЕРОНИКА  
ЕВСТИГНЕЕВА**

Россия, Омск



**ДАРЬЯ  
СЕЛИВАНОВА**

Россия, Самара



**МАРИНА  
ВЕЛЕНГУРИНА**

Россия, Москва



**МАРИНА  
МЕРКУЛОВА**

Украина, Одесса



**ЛЮДМИЛА  
ОРЛОВА**

Россия, Санкт-Петербург



**НИНА  
ДОБРАКОВСКАЯ**

Россия, Санкт-Петербург



**ИРИНА  
АСТАФЬЕВА**

Россия, Москва



**ЮЛИЯ  
ТАРАТУТО**

Россия, Санкт-Петербург



НПЦРИЗ

#008/МАЙ/2018

# beauty



«НПЦРИЗ BEAUTY», электронное научно-популярное издание

**УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ:** ООО «НПЦРИЗ», +7 (495) 640-06-14, e-mail: [help@npcriz.ru](mailto:help@npcriz.ru)

**ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:** Вячеслав Василенко, **РУКОВОДИТЕЛЬ ПРОЕКТА:** Татьяна Рыцкая

**РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:** Роман Пинаев, Давид Горгиладзе, Валерий Александров

**РЕДАКТОРЫ:** Нина Добраковская, Юлия Таратуто, **ГЛАВНЫЙ ДИЗАЙНЕР:** Юлия Людвиновская.

Воспрещается воспроизводить любым способом полностью или частично статьи и фотографии, опубликованные в журнале. По вопросам лицензирования и получения прав на использование

редакционных материалов журнала обращайтесь по адресу: [creator@npcriz.ru](mailto:creator@npcriz.ru).

© ООО «НПЦРИЗ», 2018, [www.npcriz.com](http://www.npcriz.com)

