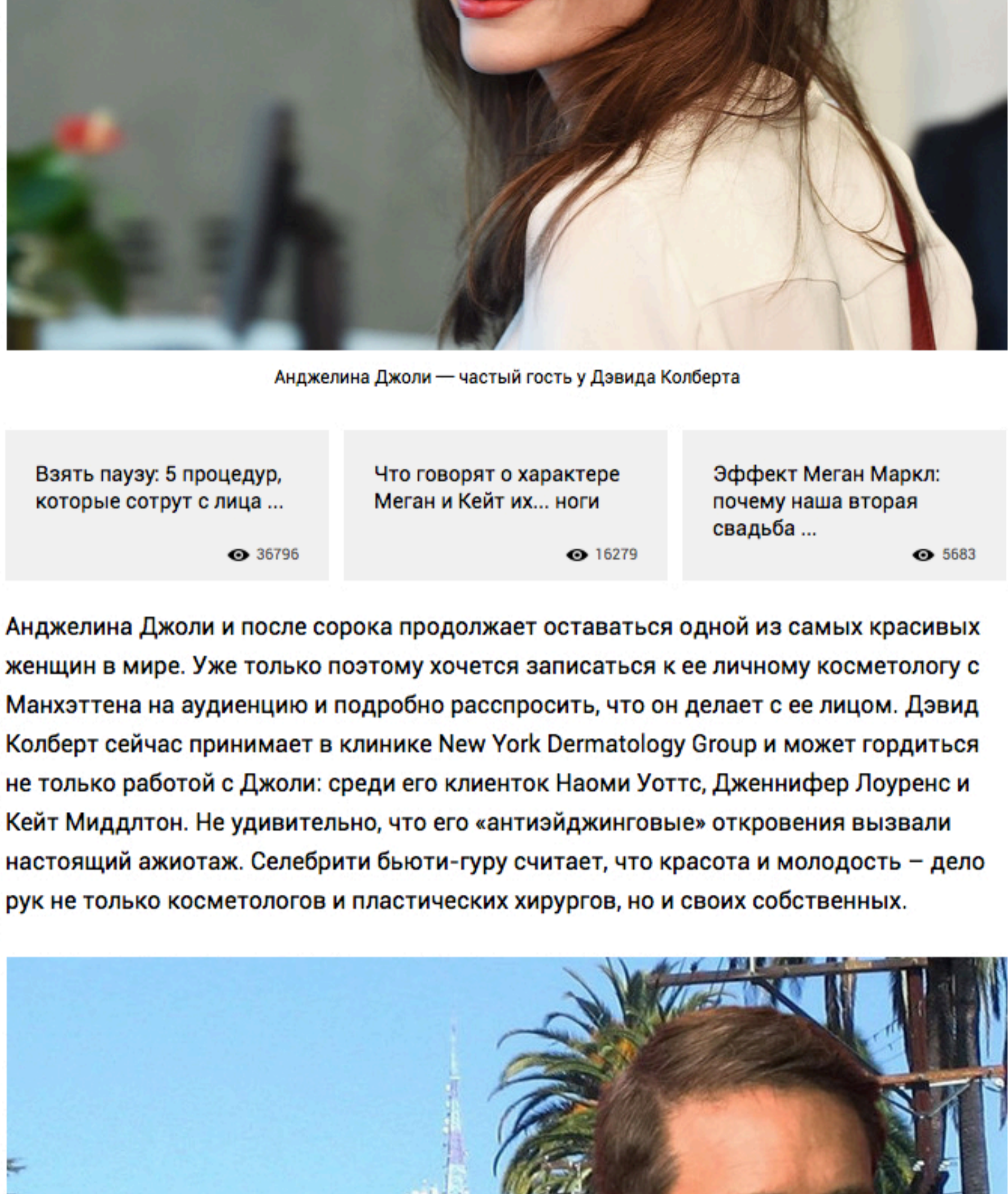


## Бьюти-правила для сияющей кожи от косметолога Анджелины Джоли

[КРАСОТА] [УХОД] [АНДЖЕЛИНА ДЖОЛИ]

5326

Звездный врач-дерматолог рассказал, за какими процедурами к нему приходят селебрити, и что помогает им в 42 года выглядеть на 24.



Анжелина Джоли — часть гость у Дэвида Колберта

Взять паузу: 5 процедур, которые сотрут с лица ...

36796

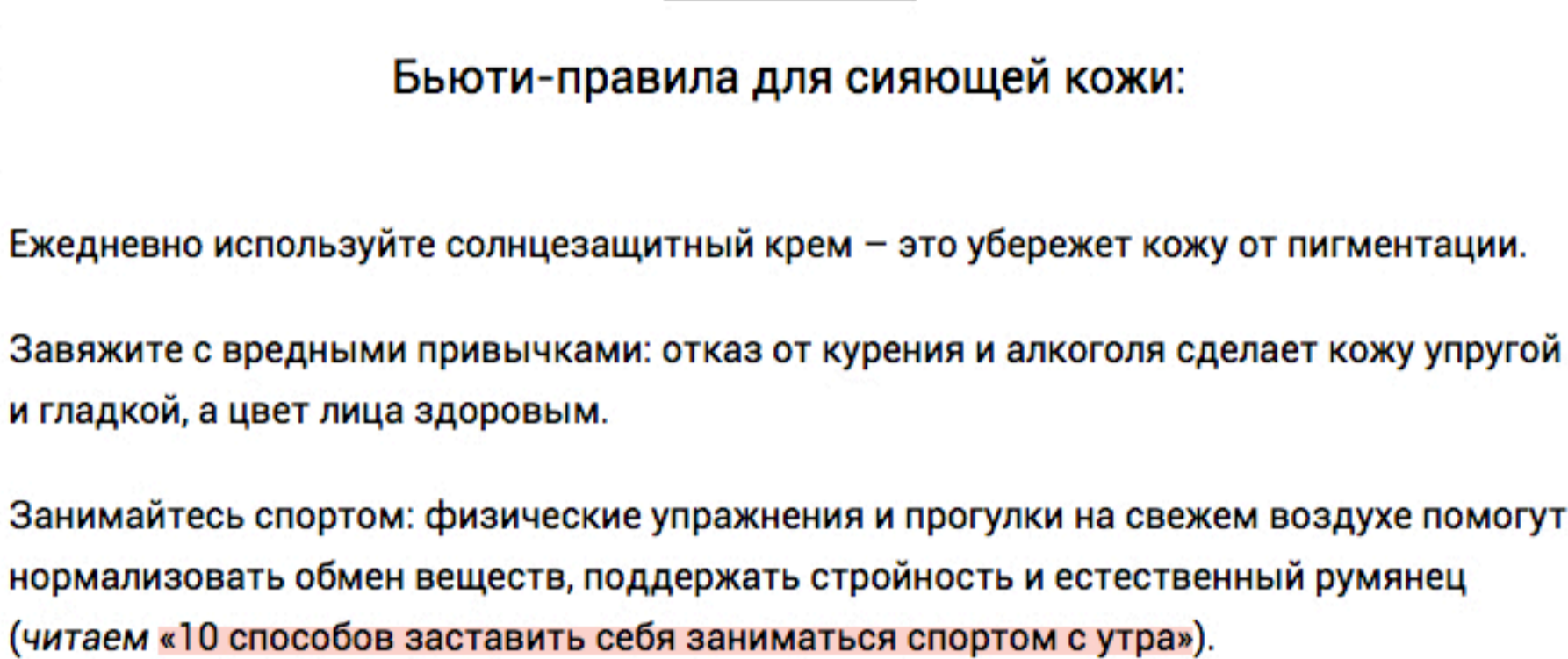
Что говорят о характере Меган и Кейт их... ноги

16279

Эффект Меган Маркл: почему наша вторая свадьба ...

5683

Анжелина Джоли и после сорока продолжает оставаться одной из самых красивых женщин в мире. Уже только поэтому хочется записаться к ее личному косметологу с Манхэттена на аудиенцию и подробно расспросить, что он делает с ее лицом. Дэвид Колберт сейчас принимает в клинике New York Dermatology Group и может гордиться не только работой с Джоли: среди его клиенток Наоми Уоттс, Дженифер Лоуренс и Кейт Миддлтон. Не удивительно, что его «антиэйджинговые» откровения вызвали настоящий ажиотаж. Селебрити бьюти-гуру считает, что красота и молодость — дело рук не только косметологов и пластических хирургов, но и своих собственных.



Дэвид Колберт

### Бьюти-правила для сияющей кожи:

Ежедневно используйте солнцезащитный крем — это уберезет кожу от пигментации.

Завяжите с вредными привычками: отказ от курения и алкоголя сделает кожу упругой и гладкой, а цвет лица здоровым.

Занимайтесь спортом: физические упражнения и прогулки на свежем воздухе помогут нормализовать обмен веществ, поддержать стройность и естественный румянец (читаем «10 способов заставить себя заниматься спортом с утра»).

Пейте: два литра чистой питьевой воды в день — залог красоты и молодости кожи (и хорошего самочувствия).

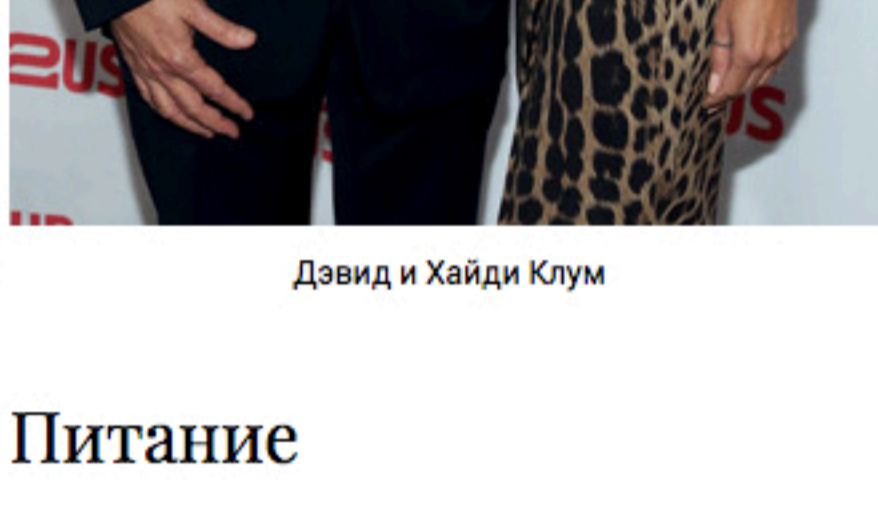
Используйте специальный ночной крем после 35 лет — это поможет предотвратить появление ранних морщин и сделает лицо свежее и моложе.

Всегда снимайте макияж, умывайтесь и никогда не трите кожу: бережное промокание лица после умывания предотвратит раздражение и сухость кожи (проверяем себя — «6 мифов об очищении кожи»).

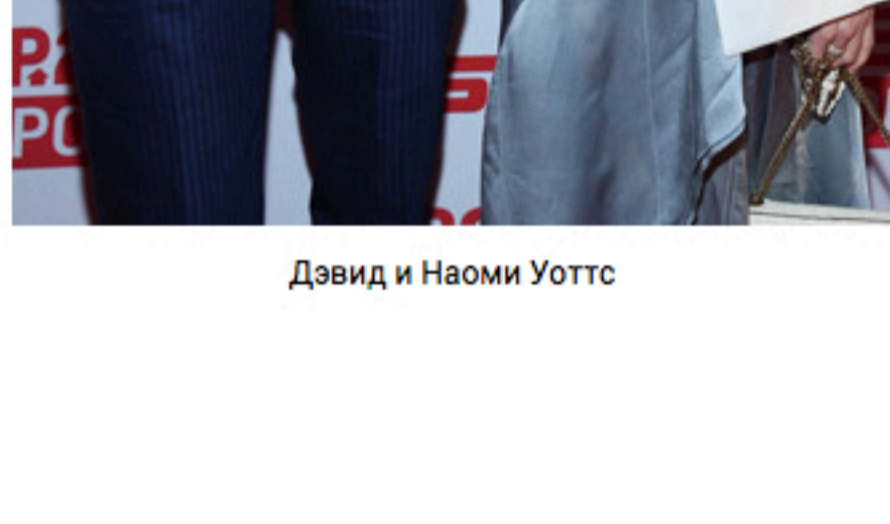


Среди звездных клиентов Колберта не только женщины (с Миком Джаггером)

Впрочем, достижения современной косметологии сбрасывать со счетов нельзя. Современная бьюти-индустрия обещает помочь всем желающим выглядеть молодо и ухожено. Есть несколько нехитрых правил и манипуляций, практикуя которые, можно довольно долго включать в себя продукты, которые содержат антиоксиданты и Омега-3-6-9 — жирные сорта рыб, оливковое, льняное масло и орехи. Овощи оранжевого цвета и ламинирует придадут лицу здоровый оттенок. Для выработки коллагена, который способствует упругости, гладкости кожи и меньшему образованию морщин, нужен витамин С: он содержится в квашеной капусте, шиповнике, цитрусовых, винограде и чечевице. Продлевает молодость кожи и улучшает цвет лица зеленый чай: он замедляет окислительные процессы в организме, которые влияют на старение», — комментирует Елена Ковтунова.



Дэвид и Хайди Клум



Дэвид и Наоми Уоттс

## Питание

Прежде всего, секрет красоты и сияния кожи Анджелины Джоли, кроется в правильном рационе. Колберт искренне уверен, что секрет молодости скрыт не на поверхности кожи, а глубоко внутри, и придерживаясь определенного режима питания, можно сохранить форму и выглядеть с возрастом моложе. Ярый противник ботокса, Дэвид советует начинать день с баночки натурального греческого йогурта.

«Кисломолочные продукты нормализуют работу кишечника, что также позитивно отражается на состоянии кожи — видимо, секрет именно в этом. Сбалансированный рацион также включает в себя продукты, которые содержат антиоксиданты и Омега-3-6-9 — жирные сорта рыб, оливковое, льняное масло и орехи. Овощи оранжевого цвета и ламинирует придадут лицу здоровый оттенок. Для выработки коллагена, который способствует упругости, гладкости кожи и меньшему образованию морщин, нужен витамин С: он содержится в квашеной капусте, шиповнике, цитрусовых, винограде и чечевице. Продлевает молодость кожи и улучшает цвет лица зеленый чай: он замедляет окислительные процессы в организме, которые влияют на старение», — комментирует Елена Ковтунова.

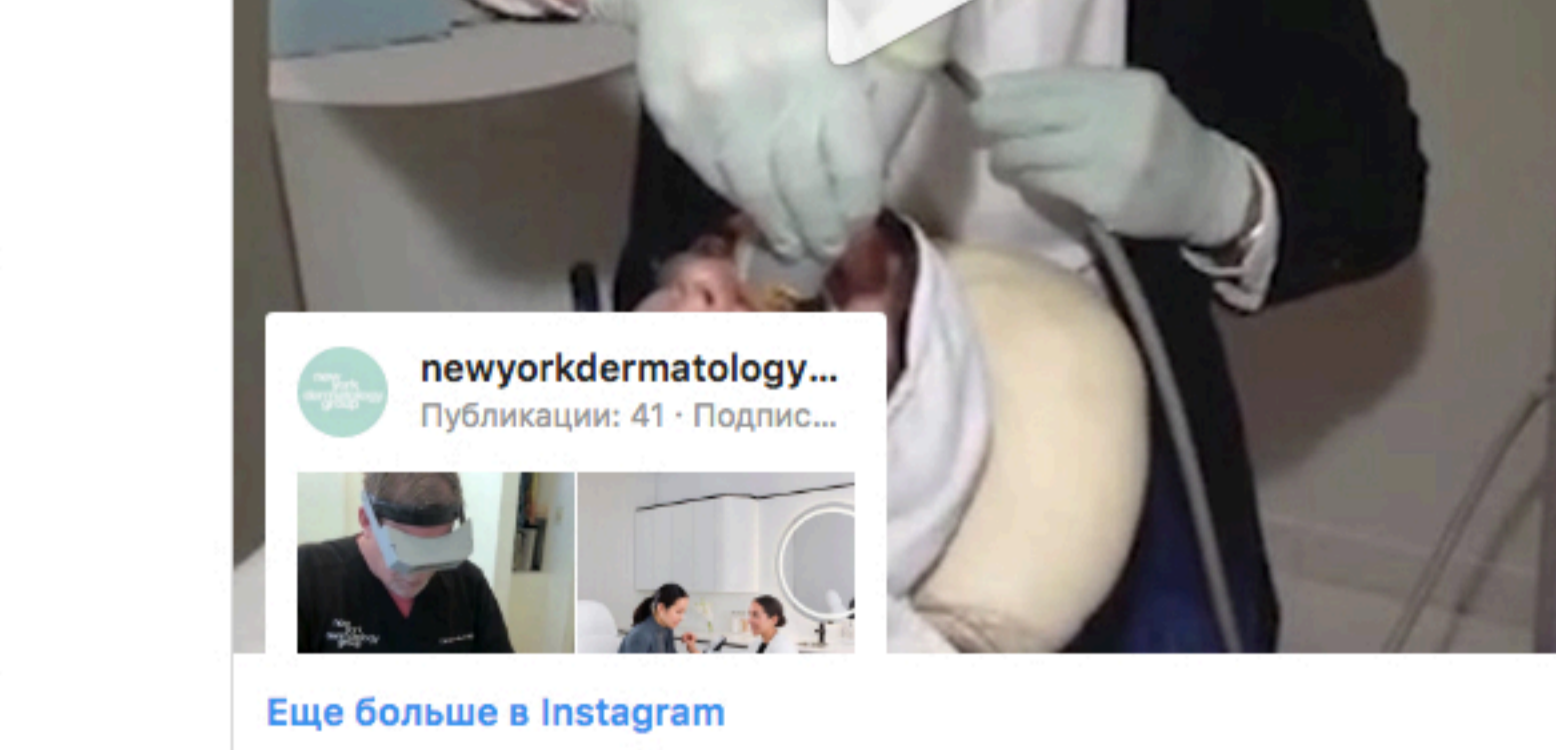
## Уход



Но процесс старения неизбежен, и только лишь полезными продуктами его не остановить. В этом случае на помощь приходит косметология. Дэвид Колберт говорит, что особенно важно уделять внимание процедуре трехступенчатого ухода за кожей. Она включает в себя микродермабразию (удаление слоя ороговевших клеток кожи), лазерную коррекцию (устранение пигментации и одновременная стимуляция выработки коллагена) и мягкий химический пилинг. Елена Ковтунова согласна с Колбертом и отмечает, что этот вид ухода давно полюбился россиянкам: «Аппаратная дермабразия полностью обновляет верхний слой кожи. — Затем в ход идут разные манипуляции, с помощью которых излучение излучает питательные сыворотками и гиалуроновой кислотой, после чего кожа заметно подтягивается, а лицо выглядит свежим и молодым. Если сразу убрать пигментацию лазером и закрепить результат пилингом, то ровный тон и красивый цвет лица обеспечены».

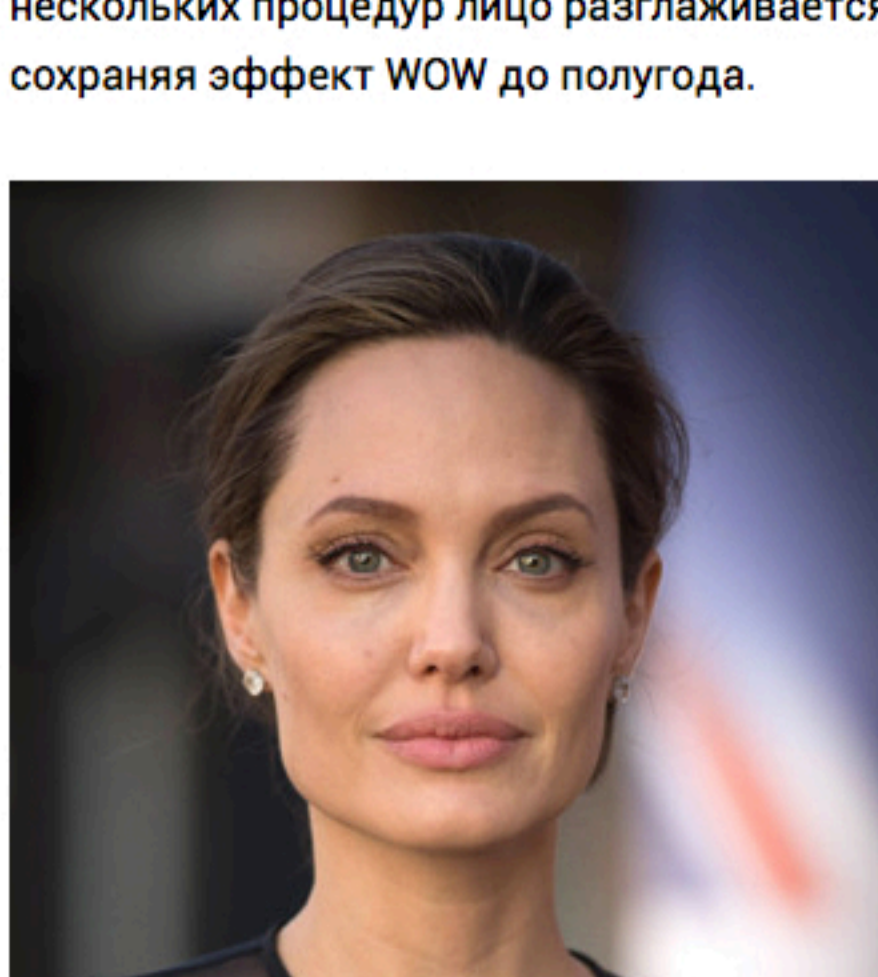


Аппаратную и лазерную косметологию специалисты относят к ряду «быстрых» анти-эйдж процедур, которые благодаря недолгому реабилитационному периоду очень популярны среди звезд (и, кстати, не только женского пола). Такие манипуляции почти не травмируют лицо, поэтому делать их можно буквально за несколько дней до выхода в свет. «Особенно эффективно сочетание аппаратной и лазерной косметологии с инъекционной», — отмечает Ковтунова. — После 35-40 лет кожа, так или иначе, теряет свою упругость. В этом возрасте необходимо доставлять гиалуроновую кислоту, эластин, коллаген в глубокие слои эпидермиса и стимулировать клетки, которые вырабатывают эти вещества. Поэтому после 35-40 лет нужно включить в уход инъекционные процедуры, когда с помощью уколов кожу изнутри напитывают необходимыми веществами, жирами и влагой».

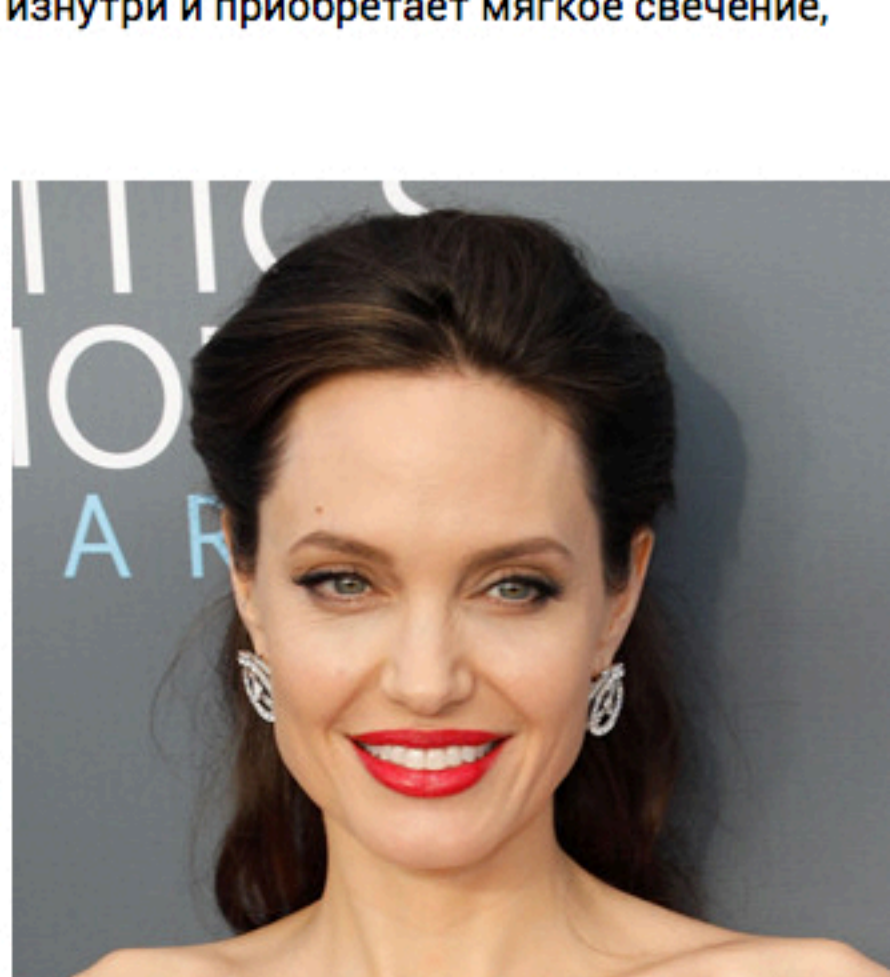


## Инъекции

Доктор Колберт также утверждает, что кремы и сыворотки не могут сравниться по результативности с инъекциями. По его словам, поддерживать красоту звезд ему помогают инъекционные методики биоревитализации и мезотерапии. После нескольких процедур лицо разглаживается изнутри и приобретает мягкое свечение, сохраняя эффект WOW до полугода.



Сентябрь, 2016 год



Январь, 2018 год

«У Анджелины Джоли в стрессовый период начала развода была заметная резкая потеря веса, — комментирует слова зарубежного коллеги Елена Ковтунова. — И при ее сухом типе кожи, очевидно, требовалась коррекция кожных покровов и подкожно-жировой клетчатки: снижение объемов явно делало ее лицо усталым, под глазами были темные круги. В этом случае врачи-косметологи используют филлеры, которые вполне способны заменить пластическую операцию. Профессионал высокого уровня точно знает, на какую глубину можно ввести филлер так, чтобы не изменить лицо, а освежить его».

- 35 очень простых и эффективных бьюти-приемов знаменитостей
- 20 фото звезд, которые нужно увидеть, прежде чем отрезать себе челку
- Неизвестная Меган: что биограф принцессы Дианы рассказал о невесте принца Гарри

Фото: Getty Images, Instagram