Mai 2009 – Vol. V

Astuces du chimiste
Comment prendre soin de vos mains et de vos pieds ?
Nos mains et nos pieds sont les outils les plus évolués jamais inventés mais ils subissent souvent de sérieux abus ! Nous utilisons nos mains pour toucher, nous habiller, cuisiner, travailler, écrire et plus encore, tandis que nos pieds nous mènent à tous les endroits où nous devons nous rendre. Leur usage constant, inévitable, mène souvent à une peau crevassée, sèche et rugueuse. Apprenez comment récompenser nos extrémités les plus sollicitées, celles qui travaillent le plus dur en les traitant avec tout le soin qu'elles méritent. Les résultats sont des mains et des pieds plus sains, avec une peau plus douce, plus lisse et d'apparence plus jeune !

Besoins spécifiques de la peau de nos mains & pieds
La peau sur nos mains est plus fine qu'à d'autres endroits sur notre corps et son exposition aux lavages fréquents, au travail manuel et aux éléments environnementaux peuvent laisser nos mains sèches et paraissant plus âgées qu'elles ne le sont en réalité.
Les pieds, d'un autre côté, ont une peau beaucoup plus épaisse et une capacité inférieure à retenir l'hydratation. Les pieds souffrent plus, obligés d'absorber près de 5 fois le poids de notre corps. Chaque pied possède 26 os, un quart de tous les os présents dans notre corps, combinés à un réseau complexe de plus de 100 muscles, tendons et ligaments pour créer 33 articulations distinctes.
La physiologie de nos pieds et tout le stress qu'ils absorbent les laissent souvent fatigués et courbaturés, avec une peau sèche et craquelée. S'ils sont négligés, les pieds peuvent devenir inconfortables, rendant la marche et la position debout douloureuses.
Des soins appropriés pour nos mains et nos pieds peuvent non seulement leur redonner une apparence plus jeune et plus belle mais peuvent également améliorer leur santé globale pour mieux nous servir dans toutes les contraintes que nous leur imposons.

Astuces pour un soin optimal des mains
Hydratez vos mains et vos cuticules avec une bonne crème pour les mains au moins 4 à 6 fois par jour.
Une fois par semaine, exfoliez les peaux mortes sur vos mains, ou pour les peaux plus délicates, trempez vos mains dans de l'eau tiède, dans laquelle vous aurez mis des tranches de citron (le citron aide à exfolier délicatement et sent divinement bon !). En bonus, cela permet d'adoucir les cuticules.
Protégez vos mains des dommages du soleil avec un écran solaire. Appliquez toujours un écran solaire sur vos mains avant toute activité extérieure.
Portez toujours des gants en caoutchouc quand vous faites la vaisselle ou d'autres tâches ménagères.
Portez des mitaines ou des gants par temps froid pour protéger les mains des agresseurs du milieu environnant.
Portez des gants quand vous jardinez pour vous épargner des callosités et pour garder vos mains lisses et vos ongles propres.

Rendez visite régulièrement à votre institut ou votre spa favori pour un entretien régulier de votre manucure.

Astuces pour un soin optimal des pieds
Deux fois par semaine, exfoliez les cellules mortes de vos pieds. Massez vos pieds avec un gommage exfoliant puis trempez-les dans de l'eau tiède dans laquelle vous aurez mis des tranches de citron.
Massez quotidiennement vos pieds avec une crème riche et hydratante. Pour une peau très sèche et rugueuse, faites-le deux fois par jour.

Portez des chaussettes au lit et des chaussons dans la maison pour garder vos pieds protégés.
Assurez-vous que vos chaussures soient de la bonne pointure.
Quand vous vous assoyez, assurez-vous d'avoir les deux pieds par terre pour assurer une circulation sanguine optimale.
N'hésitez pas à prendre rendez-vous avec votre professionnel de la santé pour tout traumatisme, comme des rougeurs, des ampoules, des coupures, des gonflements ou des changements de couleur sur vos pieds.
Rendez visite régulièrement à votre institut ou votre spa favori pour un entretien régulier de votre pédicure.

La solution de B. Kamins

Mains:
Ne laissez pas vos mains trahir votre âge. La Crème thérapeutique anti-âge pour les mains de B.Kamins améliorera de façon spectaculaire l'apparence et la texture de votre peau. De puissants agents hydratants, éclaircissants et raffermissants aident à favoriser la production de collagène, à augmenter l'élasticité de la peau, à emprisonner l'hydratation dans la peau et à égaliser le teint de la peau pour diminuer l'apparence des taches de vieillesse.
Pour les taches brunes rebelles, essayez le Traitement éclaircissant B. Kamins, un puissant duo quand il est combiné à la Crème thérapeutique anti-âge pour les mains. Vous obtiendrez ainsi des mains d'apparence plus jeune et plus belle.

Pieds:
Dites au revoir aux pieds secs et rugueux et bonjour à une peau douce et saine avec le Traitement en deux étapes B. Kamins pour coudes, genoux et pieds. Il combine un gommage lissant et polissant avec une crème exfoliante cellulaire. Ce système lisse les rugosités et améliore de manière incroyable la texture de la peau des pieds secs et fatigués. Rentrez de plein pied dans un futur radieux avec des résultats qui récompenseront même les pieds les plus sollicités.