

Алексей Мичман



**КАК ИЗБАВИТЬСЯ  
ОТ ТЕМНЫХ КРУГОВ  
ПОД ГЛАЗАМИ**

**Алексей Мичман**  
**Как избавиться от темных  
кругов под глазами**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=27614939](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=27614939)  
ISBN 9785449003065*

**Аннотация**

Многим женщинам знакома такая проблема, как мешки и темные круги под глазами. Причины появления бывают различными, но в итоге результат одинаков: постоянное недовольство своим внешним видом, огорчение, возможны даже комплексы. Реально ли избавиться от этой неприятности? Конечно же, но при огромном запасе терпения и немалом старании.

# Содержание

Как избавиться от темных кругов под глазами.	5
Введение	
Каковы же причины появления под глазами мешков и темных кругов?	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

# **Как избавиться от темных кругов под глазами**

**Алексей Мичман**

© Алексей Мичман, 2019

ISBN 978-5-4490-0306-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# **Как избавиться от темных кругов под глазами. Введение**

Многим женщинам знакома такая проблема, как мешки и темные круги под глазами. Причины появления бывают различными, но в итоге результат одинаков: постоянное недовольство своим внешним видом, огорчение, возможны даже комплексы.

Реально ли избавиться от этой неприятности? Конечно же, но при огромном запасе терпения и немалом старании.

# **Каковы же причины появления под глазами мешков и темных кругов?**

Самой распространенной и основной причиной является хроническая усталость, а также переутомление, периодические стрессы и недосыпание. К их появлению может также привести злоупотребление алкогольными напитками, которые снижают уровень влаги, содержащийся в тканях. Длительное пребывание за компьютером тоже способствует появлению темных кругов. Вокруг глаз кожа очень и тонкая – раза в 4 тоньше, чем на других участках лица. Не обогащенная кислородом кровь начинает застаиваться в мелких капиллярах, которые находятся под глазами и просвечивает через кожу темными кругами. Люди с очень тонкой, светлой и нежной кожей лица довольно часто сталкиваются с этой проблемой уже в раннем детстве. Этот эффект усугубляет достаточно низкое содержание влаги в тканях. В результате этого кожа становится еще прозрачнее, запавшими выглядят круги под глазами.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.