

ВЛЕКСЕОЛ

beauty company

ҮЙЛЧИЛГЭЭНИЙ ДАРААХ АРС АРЧИЛГААНЫ ЗӨВЛӨГӨӨ

Танд үйлчилгээгээ сонгон үйлчлүүлсэнд баярлалаа. ✨

Өнөөдөр хийлгэсэн үйлчилгээ таны арьсны нөхөн төлжилт, чийгшил, уян хатан чанарыг сайжруулах процессыг эхлүүлж байгаа боловч хамгийн сайн үр дүн нь дараагийн өдрүүдийн арчилгаанаас шууд хамаардаг.

1. Арьсаа хангалттай чийгшүүлээрэй

Арьсны эсүүд ус хангалттай авсан үед нөхөн төлжилт илүү идэвхтэй явагддаг.

- Өдөрт 1.5–2.5 литр ус уух
- Чийгшүүлэгч тосоо өглөө, орой тогтмол хэрэглэх
- Чийгшүүлэгч ампул, серум хэрэглэж хэвших

Хэрэв та оффист эсвэл компьютерийн ард олон цагаар суудаг бол:

Ажлын ширээнийхээ ойролцоо агаар чийгшүүлэгч (humidifier) ажиллуулах. Өдөрт хэд хэдэн удаа арьсаа чийгшүүлэгч мистээр сэргээх. Хуурай орчин арьсны ус алдагдлыг нэмэгдүүлж, хөгшрөлтийн шинж тэмдгийг хурдан илрүүлэх эрсдэлтэй байдаг.

2. Нойр бол хамгийн хүчтэй нөхөн төлжүүлэгч

Шөнийн цагаар арьсны эсүүд нөхөн сэргээгдэж байдаг.

- Өдөрт 7–9 цаг унтах
- Боломжтой бол 23:00 цагаас өмнө унтах
- Шөнө орой хэт их сахар, кофе хэрэглэхгүй байх

Нойр дутуу үед арьсны хамгаалах давхарга суларч, өнгө алдаж, үрчлээ илүү тод харагдах хандлагатай байдаг.

3. Хөлсөө гаргаж, сувгаа цэвэрлээрэй

Хөдөлгөөн болон хөлрөлт нь арьсны эрүүл мэндэд чухал нөлөөтэй.

- Алхах, дасгал хөдөлгөөн хийх
- Хөлсөө тогтмол гаргах
- Сауна, уурын өрөө ашиглах боломжтой бол ашиглах

Хөлсөөр дамжин арьсны гадаргуу дахь бохирдол, тослог хуримтлал гадагшилж, сувгийн бөглөрөл багасахад тусалдаг.

4. Арьсаа дотроос нь тэжээгээрэй

Арьс бол бидний идэж буй хүнсний тусгал юм.

Илүү их хэрэглээрэй:

-  Ногоон навчит ногоо
-  Авокадо
-  Жимсгэнэ
-  Омега-3 агуулсан загас
-  Самар, үр

Багасгаарай:

-  Хэт боловсруулсан хүнс
-  Илүүдэл сахар
-  Хэт тослог, шарсан бүтээгдэхүүн

5. Детокс смүүтийн санал

Өглөөний хоолны өмнө уухад тохиромжтой. Антиоксидант болон эслэгээр баялаг тул биеийн хэвийн бодисын солилцоог дэмжихэд тусалдаг.

- Бууцай, Өргөст хэмх, Ногоон алим
- Лимон, Цагаан гаа, Ус

6. Нэмэлт арчилгаагаа бүү орхигдуулаарай

Үйлчилгээний дараах 7–14 хоногт дараах бүтээгдэхүүнүүдийн үр нөлөө илүү сайн шингэх боломжтой байдаг.

- Маск & Ампул
- Серум & Чийгшүүлэгч тос

ХАМГИЙН ЧУХАЛ НЬ

Ганц удаагийн үйлчилгээ өөрчлөлтийг эхлүүлдэг. Харин зөв арчилгаа, хангалттай ус, чанартай нойр, эрүүл хооллолт, тогтмол хөдөлгөөн нь үр дүнг хадгалж, улам сайжруулдаг.

Таны арьс өдөр бүрийн сонголтын үр дүн байдаг. 

✨ ӨДӨР ТУТМЫН АРЧИЛГААНЫ ХУУДАС (CHECKLIST) ✨

Үр дүнгээ хадгалахын тулд өдөр бүр хийснээ тэмдэглээрэй.

- ☐ Өдөрт 1.5–2 литр ус уусан.
- ☐ Өглөөний детокс смүүти уусан.
- ☐ Арьсаа сайтар цэвэрлэж, чийгшүүлэх серум түрхсэн.
- ☐ Чийгшүүлэгч тосоо өглөө болон орой түрхсэн.
- ☐ Нарнаас хамгаалах тос (SPF) түрхсэн.
- ☐ 30 минут алхсан эсвэл дасгал хийж хөлсөө гаргасан.
- ☐ Оройн 23:00 цагаас өмнө унтахаар хэвтсэн.
- ☐ Долоо хоногт 1-2 удаа нүүрний маск тавьсан.

BAEKSEOL BEAUTY COMPANY

📍 Хаяг: Баруун 4 зам, Gem Palace 15 давхар, 1506 тоот

☎ Утас: 8912-9986 | 7611-9986

✉ И-мэйл: beautyudara@gmail.com