INDIBIOME

Ваша кожа — это уникальный микробиом, который требует внимания и заботы. Поддерживая его, вы помогаете коже быстрее восстанавливаться, противостоять стрессу и сохранять естественную красоту. С косметикой INDIBIOME это просто ♡

Гайд по подбору средств INDIBIOME по типу кожи

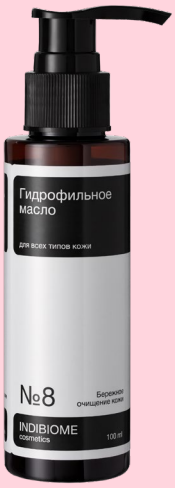
INDIBIOME

НОРМАЛЬНАЯ КОЖА

НОРМАЛЬНАЯ КОЖА

INDIBIOME

Цель	Ключевое действие	Дополнительные рекомендации
Поддержать баланс и защитить кожу от стрессов из окружающей среды	Поддерживать коренной микробиом кожи и стабильное увлажнение с помощью пробиотического комплекса Indibiome, гидролатов, гиалуроновой кислоты и витамина Е	Пить достаточное количество воды. Ежедневно включать в рацион клетчатку для поддержки кишечника (рекомендованы все виды клетчатки)



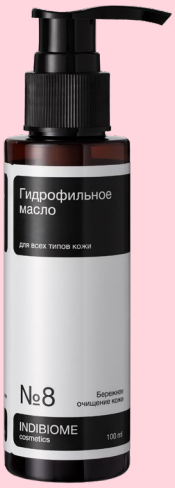
Очищение	Тонизация	Увлажнение	Питание	Дополнительный уход
Гидрофильное масло	Мист на травах	Сыворотка SOS-увлажнение	Облачко. Ухаживающий базовый крем	Миндальная паста Маска для лица с пробиотиком и глиной

ЖИРНАЯ КОЖА

ЖИРНАЯ КОЖА

INDIBIOME

Цель	Ключевое действие	Дополнительные рекомендации
Нормализовать выработку себума, снизить риск воспалений и предотвратить закупорку пор	Регулировать секрецию и восстанавливать микробиом лёгкими, некомедогенными ингредиентами — ниацинамид, алоэ вера, фукогель, пробиотик Indibiome и экстракт комбучи	Регулярно очищать кожу мягкими средствами. Пить достаточно воды и ежедневно включать в рацион клетчатку для нормализации обмена веществ (рекомендованы клетчатка комплекс-ная, хлорелла). Избегать тяжёлых масел и плотных компонентов в уходе



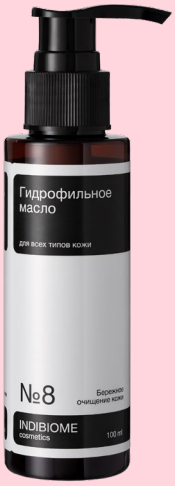
Очищение	Тонизация	Увлажнение	Питание	Дополнительный уход
Гидрофильное масло	Мист на травах	Сыворотка reFRESH	Крем Anti age light 30+	Миндальная паста Маска для лица с пробиотиком и глиной

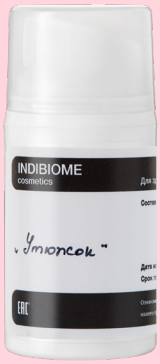
СУХАЯ КОЖА

СУХАЯ КОЖА

INDIBIOME

Цель	Ключевое действие	Дополнительные рекомендации
Восстановить гидролипидный барьер и напитать кожу	Напитать глубокие слои кожи с помощью гиалуроновой кислоты, фукогеля, сыродавленных масел и пробиотика Indibiome. Использовать Д-пантенол и муцин улитки для регенерации и смягчения кожи	Избегать пересушивающего очищения. Пить достаточное количество воды и ежедневно включать в рацион клетчатку (рекомендованы клетчатка семейная, кордицепс). Использовать увлажнитель воздуха дома





Очищение

Гидрофильное масло

Тонизация

Мист на травах

Увлажнение

Сыворотка SOS-увлажнение

Питание

Крем УТЮЖОК Питание и молодость

На старте используйте крем только на ночь — активные компоненты не сочетаются с солнцем. После адаптации его можно наносить и утром, но обязательно завершайте уход SPF.

Дополнительный уход

Маска для лица питательная Anti-age

Сыворотка Реконструкция кожи

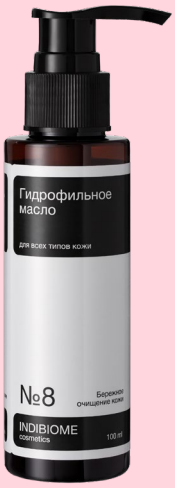
Рекомендуем наносить сыворотку на ночь — её плотная текстура работает эффективнее, пока кожа отдыхает

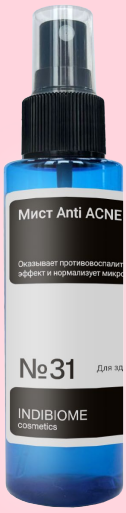
КОЖА С АКНЕ

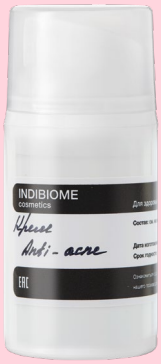
INDIBIOME

КОЖА С АКНЕ

Цель	Ключевое действие	Дополнительные рекомендации
Сократить высыпания и воспаления, восстановить микробиом	Укрепить микробиом кожи с помощью пробиотиков Indibiome и использовать противовоспалительные компоненты — ниацинамид и экстракты трав Использовать противовоспалительные компоненты и активы: ниацинамид, ретинальдегид, цинк PCA, салициловую и азелаиновую кислоты	Следить за питанием, уменьшить быстрые углеводы, ежедневно включать в рацион клетчатку для поддержания здоровья кишечника (рекомендованы клетчатка детокс, хлорелла)







Очищение	Тонизация	Увлажнение	Питание	Дополнительный уход
Гидрофильное масло	Мист Anti ACNE	Сыворотка SOS-увлажнение	Крем для лица Anti ACNE	Маска для лица с пробиотиком и глиной

ВОЗРАСТНАЯ КОЖА

ВОЗРАСТНАЯ КОЖА

INDIBIOME

Цель	Ключевое действие	Дополнительные рекомендации
Замедлить возрастные изменения, стимулировать синтез коллагена и повысить упругость	Активизировать восстановление и защиту тканей с помощью пептидов, муцина улитки, гиалу-роновой кислоты, витамина Е и сыродав-ленных масел. Одновременно поддерживать здоровый микробиом с помощью пробиотического комплекса Indibiome	Регулярно делать лёгкий массаж лица. Включать в рацион антиоксидантные продукты (ягоды, зелёные овощи) и клетчатку любого вида (лучше чередовать курсами комплексную и семейную). Использовать SPF

Очищение

Гидрофильное масло

Тонизация

Мист на травах

Увлажнение

Пептидная SOS-сыворотка Rich (утро)

Сыворотка Реконструкция кожи (на ночь)

Плотная текстура сыворотки работает эффективнее, пока кожа отдыхает.

Питание

Крем Anti-age Rich

Дополнительный уход

Маска для лица питательная Anti-age

Крем-сыворотка для век

Сыворотка SOS-омоложение со спикулами

Использовать раз в 3 дня

Крем УТЮЖОК Питание и молодость

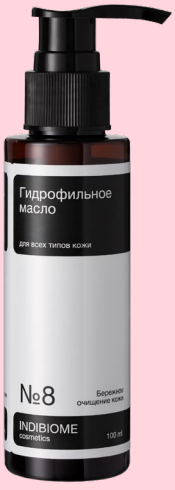
Рекомендуем использовать раз в 3 дня вместе с сывороткой SOS-омоложение со спикулами

ОСОБЕННАЯ КОЖА

ОСОБЕННАЯ КОЖА

INDIBIOME

Цель	Ключевое действие	Дополнительные рекомендации
Уменьшить чувствительность и раздражение, укрепить защитный барьер	Мягко успокаивать и восстанавливать барьер пробиотическим комплексом Indibiome и щадящими увлажнителями — Д-пантенолом, фукогелем и алоэ вера	Использовать минималистичный уход (чем меньше компонентов, тем лучше). Следить за качеством воды и стараться не перегревать кожу. Ежедневно включать в рацион клетчатку для поддержания здоровья кишечника. Исключать агрессивные кислоты, раздражающие отдушки и спирты



Очищение	Тонизация	Увлажнение	Питание	Дополнительный уход
Гидрофильное масло	Мист на травах	Сыворотка SOS-увлажнение	Крем для лица Special	Сыворотка reFRESH Крем Облачко

Как применять средства из гайда:

Очищение

Гидрофильное масло
Нанесите на сухую кожу лица, мягко помассируйте и смойте тёплой водой.

Миндальная паста/Маска для лица с пробиотиком и глиной
Нанесите на влажную кожу лица, помассируйте и смойте тёплой водой.

Тонизация

Мист (травяной / огуречный/ Anti ACNE)
Распылите на лицо и дайте впитаться. Можно использовать для освежения в жаркие дни или как базу под макияж.

Увлажнение

Сыворотка (SOS-увлажнение / Refresh / Rich)
Нанесите 2-4 капли на очищенную кожу и вбейте подушечками пальцев. После этого сразу закройте кремом.

Питание

Крем (Облачко / Anti Age Rich / BB / Baby / Special / Rich LIMITED EDITION)
Нанесите на очищенную кожу лица и шеи лёгкими движениями. Можно использовать утром и вечером.

Защита от солнца

Солнцезащитный крем SPF 30-50
Нанесите равномерным слоем на кожу лица и шеи. Используйте ежедневно, даже в пасмурную погоду.

Дополнительный уход

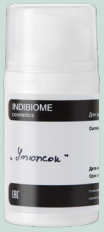
Маска для лица (с пробиотиком и глиной / питательная Anti-age)

Нанесите маску на очищенную кожу лица на 15-35 минут. Уберите остатки тёплым влажным полотенцем или смойте водой. Затем нанесите базовые средства ухода. Использовать 1-2 раза в неделю.

Крем-сыворотка для век

Нанесите небольшое количество крема на область вокруг глаз, распределите лёгкими похлопывающими движениями.

Крем «Утюжок. Питание и молодость»

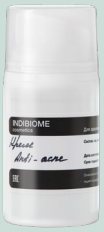


Наносите на очищенную кожу лица по схеме:

- первые 2 недели — 2 раза в неделю,
- следующие 2 недели — 3 раза в неделю,
- затем — ежедневно.

Внимание! Содержит ретинальдегид:
не применять во время беременности, кормления и подготовки к зачатию. При раздражении снизьте частоту применения. Обязательно используйте SPF днём.

Крем Anti-acne



Наносите на очищенную кожу лица по схеме:

- первая неделя — 2 раза в неделю на ночь,
- вторая неделя — 3 раза в неделю на ночь,
- затем — ежедневно вечером.

Внимание! Содержит ретинальдегид:
не применять во время беременности, кормления и подготовки к зачатию. Обязательно используйте SPF днём.

Сыворотка SOS-омоложение со спикулами

Нанесите максимально аккуратно, без массажных движений на очищенную кожу лица, избегая области вокруг глаз. Не растирать и не массировать. Рекомендуем наносить на ночь и закрывать кремом. При выходе на улицу обязательно наносите SPF.
Внимание! Использовать не чаще 1 раза в 3 дня.

Сыворотка Реконструкция кожи

Нанесите 1-2 капли сыворотки на очищенную кожу лица.
Не требует обязательного закрытия кремом. Можно добавить несколько капель сыворотки в любимый крем, чтобы усилить его формулу и anti-age эффект.

Масло для лица с пептидом Rich

Разогрейте 2-3 капли масла в ладонях и нанесите лёгкими движениями на чистую кожу. Перед применением взболтать. Можно добавлять в крем для усиления эффекта.