

Неделя до свадьбы: какие процедуры сделать у косметолога

August 4, 2026

автор

Айна Прэстон, редактор раздела «Мода & Красота» сайта Wedding

Последние семь дней перед свадьбой — время, когда каждая невеста хочет выглядеть безупречно, но при этом рисковать категорически нельзя. Стресс, недосып и гормональные колебания делают кожу уязвимой, поэтому любые эксперименты под запретом. Однако это не значит, что нужно отказаться от ухода.

Существуют безопасные и эффективные процедуры, которые подарят коже сияние, снимут отёки и обеспечат идеальную основу для [макияжа](#). Главное — знать, что можно, а что нельзя, и четко рассчитать время. Врач-косметолог клиники эстетической медицины [КЛАЗКО](#) Светлана Богачева делится рекомендациями, проверенными на практике.



Богачева Светлана Владимировна

врач-косметолог клиники эстетической медицины КЛАЗКО

Каждая невеста мечтает выглядеть на все 100% в день своего главного торжества. И быть не просто самой любимой, но и самой красивой в этот день. Но надо четко понимать, что не всё «до свадьбы заживет». И поэтому главное в последнюю неделю перед свадьбой — не экспериментировать, не пытаться сделать какие-то «волшебные» процедуры или применить новый суперкрем или маску. Я рекомендую не выполнять никаких новых процедур и инъекций во избежание аллергии, раздражения и любых других негативных моментов. А что же тогда я бы точно могла порекомендовать?



Минимум за неделю до свадьбы можно делать такие всесезонные пилинги, как миндальный, персиковый PEACH PEEL или инновационный PRX-33T. Это очень мягкие пилинги без реабилитационного периода, которые дают ровный тон и «свежесть». Они выравнивают цвет и текстуру лица, сужают поры, гасят очаги воспаления. После них нет шелушения — только здоровая, ровная и сияющая кожа, на которую идеально [ляжет макияж](#). Но сделать их надо как минимум за неделю до торжества, особенно если вы собираетесь провести их в первый раз.

BBL Skin Tyte

А тем невестам, которых беспокоит отечность лица и нужен мгновенный лифтинг, очень хорошо подойдет процедура BBL Skin Tyte. Это абсолютно безболезненная, даже приятная процедура, во время которой чувствуется только тепло. Она выполняется на аппарате SCITON BBL.

RF-терапия

Также я с удовольствием и совершенно безбоязненно делаю в этот период процедуры RF-терапии на аппаратах «Indiba» (монополярный RF) и «Venus Freeze» (мультиполярный RF + магнитное поле). Обе процедуры неагрессивные, и это главный плюс для невесты. Они убирают отечность, улучшают микроциркуляцию и дают легкий лифтинг. Это идеальный вариант, если у вас есть склонность к пастозности и надо получить эффект «сияния» кожи. Я часто сочетаю их с процедурой Skin Tyte, чтобы получить максимальный комплексный эффект. Конечно, эти процедуры лучше выполнять курсом — тогда они дадут накопительный и более выраженный результат. Но даже 1–2 процедуры помогут невесте выглядеть лучше и придадут отдохнувший и свежий вид, даже если она всю последнюю неделю до ночи корпят над окончательным списком гостей или дизайном букета и бутоньерки для жениха.



LED-терапия

Я абсолютно «за» LED-терапию на финишной прямой, но с оговоркой: работа должна быть только в щадящем режиме. Ведь в последнюю неделю кожа невесты — это гиперчувствительный орган на фоне стресса и недосыпа. Наша задача — успокоить, увлажнить и усилить сияние, а не перегружать. Мой протокол в этот период — это работа в красном спектре (630–660 нм) с целью стимуляции коллагена, а также, чаще всего, я работаю с желтым и зеленым спектром (590–525 нм). Это идеальный вариант для уменьшения покраснения, выравнивания тона кожи и уменьшения отечности, а также в плане антистрессового воздействия.

Уход

За несколько дней до торжества можно сделать у косметолога [легкий уход](#) с применением проверенной увлажняющей или коллагеновой маски

и лимфодренажным массажем — для увлажнения, повышения тонуса кожи и улучшения лимфотока.



А в последние 72 часа лучшие косметологи — это сон, вода и спокойствие, по возможности. Любое активное вмешательство сейчас — это риск. Поэтому любые процедуры должны быть максимально безопасными и проводиться заранее. И тогда невеста будет сиять на свадьбе и будет по-настоящему счастлива.