

مراقبت از پوست با ماسک های خانگی

زیبایی و داشتن پوستی جوان از مهمترین اهداف خانمها برای حفظ سلامت پوستشان است و ممکن است از راههای مختلف شیمیایی و طبیعی و البته گران به دنبال انواع ماسکهای تقوینی و زیبایی باشند. بسیاری از افراد به خاطر قیمتی که ماسکهای زیبایی دارند و در بلند مدت هزینههای سنگینی به همراه دارد و برخی دیگر به دلیل ناکندگی که روی ارگانیک بودن این محصولات دارند، تلاش می کنند تا ماسکهای خانگی و دست ساز با استفاده از مواد طبیعی تهیه کنند. واقعیت این است که تهیه و آمادهسازی ماسکهای خانگی چندان هم سخت نیست و می توانید با یکبار تهیه آن به راحتی در آمادهسازی آن مهارت پیدا کنید و بعد از مدتی حتی ماسک مناسب برای پوست خودتان و اعضای خانواده را پیدا و در روندی مداوم مصرف کنید. بسیاری از این ماسکهای طبیعی با استفاده از میوهها و مواد پروتئینی و برخی هم با ترکیب برخی سبزیجات و خوراکیها تهیه می شوند و مدت کوتاه مصرف آنها روی پوست صورت، حالتان را بهتر می کند. در ادامه برخی از این ماسکهای خانگی را با محوریت جوانی و زیبایی، کاهنده چروک و خشکی پوست در زمستان می آوریم.



ماسک صورت تخم مرغ و لیمو

سفیده تخم مرغ، منافذ پوست شما را کاهش می دهد و یک احساس چسبندگی موقت در صورت شما ایجاد می کند، ویتامین C موجود در لیمو می تواند جوشهای سر سیاه و سایر لکتهای صورت شما را پاک کند. یک سفیده تخم مرغ را با چنگال آنقدر هم بزنی که کف کند. چند قطره آب لیمو اضافه کنید و روی صورت بمالید تا خشک شود. در نهایت، ماسک صورت را بشویید.



ماسک روشن کننده پوست صورت با ماست و نشاسته

برای درست کردن این ماسک، یک قاشق غذاخوری ماست کم چرب را با یک قاشق چایخوری پودر نشاسته ترکیب کنید و آن را مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه روی پوست شما بمالید و بعد صورتتان را با آب سرد بشویید.



ماسک روغن بادام و پرتقال برای زیبایی پوست

برای تهیه این ماسک ابتدا یک پز زرده تخم مرغ را با یک قاشق مریاخوری آب پرتقال و یک قاشق مریاخوری روغن بادام یا شیره نارگیل ترکیب کنید و به صورت خود بمالید و اجازه دهید تا به مدت ۲۰ دقیقه روی پوستتان بمالد. این ماسک تاثیر فوق العاده ای بر زیبایی صورت شما خواهد داشت.

ماسک موز و عسل برای سفیدی صورت و درمان سیاهی زیر چشم

برای درست کردن ماسک موز و عسل یک عدد موز کوچک را له کرده و دو قاشق خامه ترش و یک قاشق عسل به آن اضافه کنید. این مواد را بخوبی ترکیب کنید و ماده درست شده را به صورت خود بمالید و بعد از چند دقیقه آن را با آب سرد شستشو دهید.



ماسک عسل و روغن زیتون

با عسل و روغن زیتون برای صورت خود ماسک طبیعی صورت درست کنید. این ماسک باعث می شود که جوشهای پاک شوند و چسبندگی به روغن شدن پوست کمک می کند.



ماسک سیبزمینی برای از بین بردن تیرگی دور چشم

یک سیبزمینی را برش دهید و آن را هر روز به صورت خود بمالید. این کار پوست شما را روشن تر خواهد کرد. همچنین می توانید سیبزمینی زنده شده را برای روشن کردن پوست به کار برید. سیبزمینی را زنده کرده و آن را به صورت خود بمالید.



ماسک آبرسان آووکادو، عسل و ماست

یکدوم آووکادو، دو قاشق عسل و یک قاشق غذاخوری ماست طبیعی یا خامه را مخلوط کرده، صحتنین می توانید یک روغن بادام کوچک را برای اثر تغذیه ای بیشتر، اضافه کنید.



ماسک اسفناج برای ماساژ پوست

برای فرم گیری عضلات پوست صورت و سلامت سلول های آن می توانید صورت خود را با ماسک اسفناج ماساژ دهید.

ماسک کلاب برای درمان خشکی پوست

پوست خیار را به کمک رنده ریزریز کنید و آن را به مدت ۳۰ دقیقه درون کلاب مرغوب خیس کنید. سپس پوست خیار خیس شده در کلاب را به مدت ۲۰ دقیقه روی پوست صورتتان ماسک کنید. استفاده از این ماسک به صورت روزانه تاثیر زیادی در افزایش آبرسانی و مرطوف شدن زری پوستهای خشک دارد.



ماسک بادام برای روشن کردن پوست

برای تهیه این ماسک، ۲ عدد بادام را خرد کنید و داخل شیر بریزید و هنگام خواب به صورت خود بمالید.



ماسک سفیده تخم مرغ برای پوستهای جوشدار

برای تهیه این ماسک، یک عدد تخم مرغ را به هم بزنی تا کف کند. پس از آن مواد را روی صورتتان بمالید و ۱۵ تا ۲۰ دقیقه اجازه دهید روی پوستتان بمالد. سپس صورت خود را با آب ولرم شستشو دهید. در پایان صورت خود را با آب خشک بشویید.

ماسک لیمو، گوجه فرنگی و خیار برای روشن کردن پوست

برای تهیه این ماسک ابتدا آبلیمو، آب گوجه فرنگی و آب خیار را با هم ترکیب کنید و آنقدر هم بزنی تا ماده چسبناک شود. سپس این ماده چسبناک را به آرامی روی صورت و پا هر قسمت دیگری از پوستتان که می خواهید روشن شود، بمالید و بگذارید تا کاملاً خشک شود. سپس آن را با آب بشویید و به صورت ضربه ای آن قسمت را خشک کنید.