

دستور تهیه ماسک بی نظیر کدو برای صورت

10 خرداد 1404

ماسک ترکیبی کدو به آبرسانی پوست کمک می‌کند و پشتیبان رطوبت بافتی پوست است و التهاب پوست را کاهش می‌دهد و در بهبود کلاژن‌سازی سودمند است.

دو قاشق غذاخوری کدو سبز رنده شده نرم، یک قاشق غذاخوری ماست سنتی نیم‌چرب تا چرب، یک قاشق چای‌خوری عسل و یک قاشق مرباخوری روغن زیتون را با یکدیگر خوب ترکیب کنید.

چگونگی استفاده از ماسک رطوبت‌بخش کدو

کدو سبز رنده شده را با ماست و عسل و روغن زیتون خوب بهم زنید تا یکنواخت شوند. مواد آرایشی و بهداشتی را از چهره پاک کنید، سپس رخسار را با آب ولرم بشویید و تا اندازه‌ای خشک کنید که کمی نم روی پوست بماند. حالا ماسک را روی پوست صورت بگسترانید و ۱۵ تا ۲۰ دقیقه نگه‌دارید. در پایان کار، پوست را با آب ولرم بشویید و به حال خود بگذارید تا آرام‌آرام خشک شود.

نکات قابل توجه اینکه پیش از به کار بردن هر ماسکی، اندازه کمی از آن را روی پوست دست آزمایش کنید تا خاطر جمع شوید، پوست شما به آن واکنش نشان نمی‌دهد. پس از به کار بردن ماسک، از مرطوب‌کننده مناسب پوست خود استفاده کنید. با به کار بردن منظم این ماسک طبیعی، می‌توانید به بهبود کلاژن‌سازی و شادابی پوست خود کمک کنید البته اگر الگوی خواب و خوراک درستی داشته باشید بسیار بهتر نتیجه می‌گیرید.

اگر خشکی پوست ناشی از بیماری‌های خودایمنی، کم‌کاری تیروئید، کم‌خونی، مصرف سیگار و الکل یا افراط در مصرف خشکی‌زاها بویژه ترشی‌ها و تندهای قوی باشد، ضروری است که مشکلات داخلی رفع شود وگرنه با این ماسک یا هر کرم و آبرسان و بخور دیگری مشکل خشکی پوست فقط به طور کوتاه و ناتمام کاهش می‌یابد و علاج پایدار رخ نمی‌دهد.