

پوست تخم مرغ را دور نیندازید

9 دی 1401

پوست‌های به نظر بی‌مصرف می‌توانند جایگزین گروهی از گران‌قیمت‌ترین داروها باشند. با خواص پوست تخم مرغ دندان و موهای سالم و زیبا داشته باشید.

همه ما به محض شکستن تخم مرغ پوست آن را دور می‌ریزیم غافل از اینکه این پوست‌های به ظاهر بدرنخور می‌توانند مصارف زیادی داشته باشند.

تامین کلسیم با پوست تخم مرغ

پوست تخم مرغ می‌تواند نیاز روزانه کلسیم بدن را تامین کند؛ چرا که این ماده غنی از کلسیم به توسعه و رشد استخوان‌ها کمک می‌کند. پوست تخم مرغ نیز در تنظیم ضربان قلب، ترویج عملکرد عضلات و کنترل سطح فسفر، منیزیم، پتاسیم و غیره در خون مفید است.

درمان پوکی استخوان و تقویت دندان‌ها

پوست‌های تخم مرغ بهترین منبع کلسیم هستند. با این حال، منبع فلورین و استرانسیوم نیز است که برای متابولیسم استخوان‌ها و تحریک رشد غضروف بسیار مفید است. همچنین در دوران پس از [یائسگی](#) برای کاهش درد که مرتبط با پوکی استخوان است مفید به شمار می‌رود و توسط پزشکان توصیه می‌شود. تخم مرغ همچنین بهترین مواد تشکیل دهنده کنترل آفات طبیعی هستند.

خواص پوست تخم مرغ برای داشتن موهای سالم

پوست‌های تخم مرغ برای مو بهترین مخلوط همگن هستند؛ کافی است برای تقویت موهایتان غشای سفید پوست تخم مرغ را جدا کنید و سپس در یخچال نگهداری شود. سپس، آن را با مواد تشکیل دهنده دیگری مانند آب و آووکادو مخلوط کنید و مخلوط را بر روی موها بمالید، یک ساعت صبر کنید و بعد آن را بشویید. نه تنها باعث تغذیه موها می‌شود، بلکه آن‌ها را درخشان نیز می‌کند.

جوان‌سازی پوست و رفع چروک پوست

پوست تخم مرغ برای پوست نیز استفاده می‌شود. برای ساختن این بسته جادویی، پوست‌های تخم مرغ را خرد کنید و پس از آن روی سینی‌های مکعب یخ قرار دهید، سپس آن را با کمک آب در حرکت دایره‌ای بر صورت می‌چسبانیم. این ترفند نه تنها به شما در کاهش چین و چروک کمک می‌کند بلکه بافت پوست را نرم می‌کند.