

# ۱۲ روش برای تهیه ماسک گوجه فرنگی

بهداشت نیوز: گوجه فرنگی برای انواع پوست صورت خواص بسیار زیادی دارد و ساخت ماسک آن با مواد طبیعی دیگر به درمان انواع مشکلات پوستی کمک می‌کند. ماده‌ای معجزه‌آسا برای پوست شما داریم؛ گوجه فرنگی! اگر گوجه فرنگی را شگفت‌آور نمی‌دانید، صبر کنید تا آن را امتحان کنید و نتایجش را مشاهده کنید.

این میوه حاوی مواد مغذی عالی مانند ترکیبات فنولی، کاروتنوئید، اسید فولیک و ویتامین سی است.

## فواید گوجه فرنگی برای پوست

- ۱- فعالیت‌های آنتی اکسیدان و آنتی تیروسیناسها اغلب برای روشن شدن رنگ و همچنین حفاظت از پوست در مقابل آسیب‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرند.
- ۲- هنگامی که به طور روزانه اعمال شود، اثرات ضد پیری دارد و خطوط ظریف، چین و چروک و لکه‌های سنی را محو می‌کند.
- ۳- گوجه شامل لیکوپن است که در مقابل فتودمیج‌ها حفاظت می‌کند.
- ۴- ویتامین C تولید کلاژن و الاستین پوست را بهبود می‌بخشد و آن را انعطاف پذیر و سفت می‌سازد.
- ۵- خمیر گوجه فرنگی طبیعتاً ضد باکتری و ضد قارچ است.
- ۶- میزان PH پوست را متعادل می‌کند، که به نوبه خود روغن طبیعی تولید شده توسط پوست را متعادل می‌کند.
- ۷- سلول‌های مرده را از بین می‌برد و منافذ را می‌بندد.
- ۸- با چنین دامنه وسیعی از مزایا، گوجه می‌تواند برای انواع مختلف پوست‌ها و برای حل مشکلات مختلف پوستی مورد استفاده قرار گیرد. حتماً الان دوست دارید بدانید که چگونه می‌توانید از گوجه برای صورتتان استفاده کنید.



## ۱. ماسک صورت گوجه فرنگی برای آکنه

مواد لازم:

۱ / ۲ گوجه فرنگی

۱ قاشق چای خوری روغن جوجوبا

۳ - ۵ قطره روغن درخت چای

دستورالعمل:

خمیر گوجه را با روغن‌ها مخلوط کنید و به خوبی هم بزنید. این مخلوط را روی صورتتان بمالید و بگذارید ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بماند و بعد با آب ولرم بشویید و سپس با آب سرد شستشو دهید و این کار را ۲ تا ۳ بار در هفته تکرار کنید.

روغن جوجوبا به راحتی جذب پوست می‌شود و آن را هیدراته می‌کند. این ماده روغن اضافی که توسط پوست تولید می‌شود را کنترل می‌کند و منافذ را مسدود می‌کند، روغن درخت چای ضد عفونی کننده است که عفونت و آکنه حاصل را از بین می‌برد.

## ۲. ماسک گوجه فرنگی برای لک صورت

مواد لازم:

۲ قاشق سوپ خوری خمیر گوجه فرنگی

۱ قاشق چای خوری عسل

## دستورالعمل:

مخلوط عسل و خمیر گوجه فرنگی را روی صورت خود بمالید و بگذارید ۱۵ دقیقه بماند تا خشک شود و سپس با آب ولرم بشویید و از این روش دو بار در هفته استفاده کنید.

در حالی که گوجه فرنگی لکه‌ها را روشن می‌کند، عسل با تامین مواد مغذی ضروری و آنتی اکسیدان‌ها به فرآیند درمان کمک خواهد کرد.

## ۳. ماسک صورت گوجه فرنگی برای جوش‌های سر سیاه

### مواد لازم:

۱ - ۲ قاشق سوپ خوری خمیر گوجه فرنگی

۱ قاشق سوپ خوری بلغور جو

۱ قاشق سوپ خوری ماست ساده

### دستورالعمل:

ماست و خمیر گوجه فرنگی را مخلوط کنید و سپس به آرامی جو را به مخلوط اضافه کنید و آن را به آرامی گرم کنید و به خوبی مخلوط کنید و زمانی که خنک شد، این پک را روی صورت خود بمالید و اجازه دهید تا برای ۱۵ دقیقه بماند و سپس آن را با آب معمولی بشویید و از این روش دو بار در هفته استفاده کنید.

بلغور جو به عنوان یک تمیز کننده عمیق عمل می‌کند و تمام ناخالصی‌های موجود در منافذ را از بین می‌برد. ماست دارای اسید لاکتیک است که با بیرون کشیدن سلول‌های مرده در این فرایند پاکسازی کمک می‌کند و وقتی منافذ تمیز باشند، جوش‌های سر سیاه محو خواهد شد.

## ۴. ماسک صورت گوجه فرنگی برای پوست‌های ترکیبی

### مواد لازم:

۱ قاشق سوپ خوری خمیر گوجه فرنگی

۱ قاشق سوپ خوری آووکادو له شده

### دستورالعمل:

هر دو ماده را مخلوط کرده و آن را روی صورت تان بمالید و سپس بعد از ۱۰ دقیقه بشوئید و با یک حوله نرم خشک کنید و می‌توانید این کار را تا دو بار در هفته انجام دهید.

ویژگی‌های سفت‌کنندگی گوجه فرنگی، تولید روغن در پوست را متعادل خواهد کرد. آووکادو شامل مرطوب‌کننده و مواد مغذی است که پوست شما را سالم نگه می‌دارد و هم چنین فرآیند سالخوردگی پوست را با تامین ویتامین C و E کاهش می‌دهد.

## ۵. ماسک گوجه فرنگی برای سیاهی دور چشم

مواد لازم:

۱ قاشق چای خوری عصاره گوجه فرنگی

چند قطره ژل آلوئه ورا

دستورالعمل:

مخلوط را با دقت بر ناحیه زیر چشم بمالید و بگذارید ۱۰ دقیقه بماند تا خشک شود و سپس آن را آبکشی کنید و این کار را یک یا دو بار برای گرفتن نتایج سریع انجام دهید.

## ۶. ماسک گوجه فرنگی برای پوست خشک

مواد لازم:

یک عدد گوجه فرنگی

یک قاشق چای خوری روغن زیتون خالص

دستورالعمل:

گوجه فرنگی را به دو قسمت برش دهید و آب یک نصف اش را در کاسه فشار دهید و بعد روغن زیتون را اضافه کنید و مخلوط را هم بزنید و این مخلوط را روی صورت خود بمالید و بگذارید ۱۵ تا ۲۰ دقیقه بماند و سپس با آب گرم بشوئید و این کار را دو بار در هفته انجام دهید.

این ماسک، پوست شما را نرم و مرطوب می‌کند، زیرا روغن زیتون حاوی اسیدهای چرب ضروری است که پوست را تغذیه می‌کنند و خشکی را به راحتی از بین می‌برند.

## ۷. ماسک صورت گوجه فرنگی برای رنگ دهی فوری

مواد لازم:

۱ عدد گوجه فرنگی

۲ قاشق سوپ خوری پودر چوب صندل

کمی زرد چوبه

دستورالعمل:

گوجه فرنگی را نصف کنید و دانه‌ها را تفکیک کنید و پودر زرد چوبه و پودر چوب صندل را به نیمی از گوجه فرنگی اضافه کنید و خوب مخلوط کنید و بعد این خمیر را به طور مساوی روی صورت خود بمالید و اجازه دهید حدود ۱۵ دقیقه بماند و سپس با آب گرم بشویید و از دیدن نتیجه در روز اول شگفتزده خواهید شد و برای دیدن بهترین نتایج می‌توانید یک روز درمیان این کار را انجام دهید.

چوب صندل اغلب در پک‌های صورت مورد استفاده قرار می‌گیرد تا به درخشش پوست کمک کنند. هر تغییر رنگی را از بین می‌برد و پوست شما را نرم می‌کند و زردچوبه هم به عنوان تقویت کننده رنگ شناخته شده است.



## ۸. ماسک صورت گوجه فرنگی برای لکه‌های سیاه

مواد لازم:

۱ قاشق چای خوری خمیر گوجه فرنگی

۳ - ۴ قطره آب لیمو

دستورالعمل:

آب لیمو را به خمیر گوجه فرنگی اضافه کنید و خمیر را به قسمت آسیب دیده اعمال کنید و بگذارید برای ۱۰ تا ۱۲ دقیقه بماند تا خشک شود و سپس با آب ولرم آبکشی کنید و بعد پوستتان را خشک کنید و سپس مرطوب کننده بزنید و این کار را یک یا دو بار در روز تکرار کنید.

ویژگی‌های سفیدکنندگی گوجه فرنگی با ویژگی‌های مشابه آب لیمو برای سرعت بخشیدن به روشن شدن لکه‌های تیره تقویت می‌شود.

## ۹. ماسک گوجه فرنگی برای پوست چرب

مواد لازم:

۱ / ۲ گوجه فرنگی

۱ / ۴ خیار

دستورالعمل:

آب گوجه فرنگی را به داخل یک کاسه بریزید و در این حالت خیار رنده یا له شده را اضافه کنید.

این مخلوط را با کمک پنبه و یا با دست خود به صورتتان بمالید و بعد از ۱۵ تا ۲۰ دقیقه آن را بشویید و این کار را می‌توانید دو بار در هفته انجام دهید.

خیار پوست را روشن کرده و pH آن را متعادل می‌کند و هم چنین منقذهای پوست را می‌بندد که معمولاً وقتی پوست چربی دارید باز می‌شوند. این یک پوستی نیز به جلوگیری از آکنه کمک خواهد کرد، چون پوست را عاری از روغن نگه می‌دارد.

## ۱۰. ماسک صورت گوجه فرنگی برای پوست‌های تیره

مواد لازم:

۱ عدد گوجه فرنگی کوچک

۱ قاشق چای خوری ماست

۲ قاشق سوپ خوری آرد

۱ / ۲ قاشق چای خوری عسل

کمی زرد چوبه

### دستورالعمل:

گوجه فرنگی را به طور کامل له کرده و تمام مواد لازم را برای به دست آوردن خمیری نرم مخلوط کنید و آن را روی پوستتان بمالید و بگذارید ۱۵ دقیقه بماند تا خشک شود و سپس آن را با آب بشویید و از این روش یک یا دو بار در هفته استفاده کنید.

آرد گرم که معمولاً در هند بسان نامیده میشود، سلولهای مرده را حذف میکند و پوست شما را روشنتر خواهد کرد و تمام اجزای این پک پوست را نرم، سالم و درخشان میکنند.

## ۱۱. ماسک صورت گوجه فرنگی برای از بین بردن منافذ باز

مواد لازم:

۱ قاشق سوپ خوری گل رختشویی

۱ - ۲ قاشق سوپ خوری آب گوجه فرنگی

### دستورالعمل:

خمیری از این مواد اولیه درست کنید و روی صورت خود بمالید و پس از خشک شدنش یا پس از ۱۰ دقیقه آن را با آب گرم بشویید و سپس صورتتان را خشک کرده و از مرطوب کننده استفاده بکنید.

این ماسک صورت را هر ۳ - ۴ روز یک بار اعمال کنید.

گل رختشویی حفره‌های مسدود شده را از بین می‌برد و تاثیر شدیدی بر سفت شدن آنها دارد.

## ۱۲. ماسک صورت گوجه فرنگی برای از بین بردن رنگ برنزه پوست

مواد لازم:

یک عدد گوجه فرنگی

۱ قاشق سوپ خوری آب لیمو

## ۱ قاشق سوپ خوری ماست بدون طعم

### دستورالعمل:

گوجه فرنگی را به دو قسمت ببرید و آب یکی از نیمه‌ها را با فشار دادنش بگیرید و آب لیمو و ماست را به این مخلوط اضافه کنید و آن را بر روی صورت خود بمالید و بعد از ۱۵ دقیقه آن را با آب ولرم بشویید.

برای گرفتن بهترین نتیجه این پک را روزانه و یا حداقل یک روز در میان اعمال کنید.

خاصیت سفید کنندگی تمام این سه جز در پاک کردن برنزیگی آفتاب واقعاً خوب عمل می‌کند و [ماست](#) همچنین پوست را با مواد مغذی، ویتامین‌ها و مواد معدنی اش تغذیه می‌کند. کد خبر