

عناية-تجميلية-بالبطيخ-تصلح-ما-أفسدته-شمس-الصيف



يعتبر البطيخ من الفواكه الصيفية المفضلة بالنسبة للكثيرين، نظرا لمذاقه الحلو والإحساس بالانتعاش الذي يؤمنه. ولكن هل تعلمين أنه يمكن أن يشكل حليفا لجمال بشرتك و حمايتها من الشيخوخة. تعرفي على كيفية استعماله في خلطات سهلة التحضير والتطبيق

الفوائد التجميلية للبطيخ الأحمر -

بالإضافة إلى B6، و C، و A، إن غنى البطيخ الأحمر بالماء يجعل منه حليفا مثاليا للبشرات التي تفتقد إلى الترطيب، أما غناه بالفيتامينات من فئة مضادات الأكسدة فيساعد على ضبط الإفرازات الزهمية وهو ينشط إنتاج الكولاجين ويقي من الشيخوخة المبكرة للبشرة. استعيني بالبطيخ الأحمر لتحضير الخلطات التجميلية التالية

قناع مغد للوجه •

يعتبر هذا القناع المفضل لدى العديد من عارضات الأزياء العالميات، فهو يهدئ البشرة ويقويها كما يعمل على إعادة الإشراق إليها. لتحضيره أنت بحاجة إلى حبة متوسطة الحجم من البطاطا يتم سلقها في الماء الغالي ثم هرسها جيدا على أن تضاف إليها شريحة بطيخ مقشرة ومهروسة في الخلاط الكهربائي وملعقة كبيرة من العسل. امزجي جميع هذه المكونات للحصول على خليط متجانس يطبق على بشرة الوجه لمدة 20 دقيقة قبل شطفه بالماء الفاتر

مقشر للجسم •

لإصلاح ما أفسدته شمس الصيف، حضري هذا المقشر الذي يعتني ببشرة الجسم الجافة والفاقة للحويوية. اخلطي 300 غراما من السكر، 65 مليلترا من عصير البطيخ، عصير نصف حبة من الليمون، وملعقة كبيرة من زيت الزيتون. طبقي القليل من هذا الخليط على بشرة جسمك الرطبة ودلكيها جيدا مع التركيز على الأماكن الجافة. وستلاحظين بعد شطفه بالماء أن بشرتك استعادت نعومتها وحيويتها

قناع حام للشعر •

لتأمين اللمعان لشعرك وحمايته من الآثار السلبية لاستعمال مجفف الشعر، أنت بحاجة إلى غسله بعصير البطيخ مرة شهريا. طبقي عصير البطيخ على فروة الرأس وطول الشعر ثم غلفي شعرك بمنشفة ساخنة واركبيه لمدة ساعتين قبل غسله بالشامبو الذي تستعملينه عادة

لوشن منق للبشرات الدهنية •

يساهم عصير البطيخ في محاربة مشكلة المسام المتوسعة التي تعاني منها البشرات المختلطة والدهنية. اخلطي 65 مليلترا من عصير البطيخ مع عصير نصف حبة من الليمون. طبقي هذا الخليط على بشرتك بعد تنظيفها مع التركيز على المنطقة الوسطية من الوجه. من الأفضل تطبيق هذا اللوشن مساءً لأن عصير الليمون قد يتسبب في تحسس البشرة عند التعرض للشمس

(الفوائد التجميلية للشمام (البطيخ الأصفر -

يتميز الشامام بغناه بمادة البيتاكاروتين التي تضيء الإشراق على البشرة. وهو يتمتع أيضا بمفعول مرطب كونه يتألف بنسبة 90 بالمئة من الضروري لتصنيع الكولاجين. استعيني بالشمام لتحضير الخلطات التجميلية التالية C الماء، كما أنه غني بالفيتامين

قناع مرطب للوجه •

لترطيب البشرة بشكل طبيعي، اهرسي قطعتين من الشامام وملعقة كبيرة من العسل بالخلط الكهربي، ثم اخلطيهما مع نصف حبة موز مهروسة بالشوكة. طبقي الخليط على بشرة وجهك لمدة 15 دقيقة ثم اشطفيه فتحصلين على بشرة مرطبة ومشرقة

خلطة لما بعد التعرض للشمس •

يتمتع الشامام بمفعول مهدئ ومعالج للحروق السطحية الناتجة عن ضربات الشمس. يكفي تطبيق قطع رقيقة من البطيخ، سبق أن تم وضعها في الثلجة، على البشرة للاستفادة من مفعولها المهدئ والمنعش بفعل البرودة. وهي تعمل أيضا على مد البشرة بالترطيب الذي تحتاجه على أن يتم شطف البشرة بالماء بعد إزالتها

مقشر للوجه والجسم •

يساعد هذا المقشر في تخلص بشرة الوجه والجسم من الخلايا الميتة، لتحضيره أنت بحاجة إلى قطعتين ناضجتين من الشامام. اهرسيهما في وعاء وأضيفي إليهما ملعقة كبيرة من السكر الناعم والكمية نفسها من بودرة اللوز. دلكي هذه الخلطة على بشرتك لمدة دقيقتين ثم اشطفيها بالماء وستتفاجئين بنعومتها