

وصفات لبشرة مشرقة بأقل جهد وأسرع وقت-7



من البشرة الشاحبة إلى السحنة المشرقة لن يتطلب منك الأمر سوى خطوة واحدة تقوم على استعمال وصفة تحضرينها بنفسك من مكونات طبيعية تجدينها في مطبخك. استعيني فيما يلي بما يناسبك من هذه الخلطات التي أثبتت فعاليتها في تأمين بشرة مشرقة بأقل جهد وأسرع وقت.

1- تونر خل التفاح

يشكل خل التفاح منظفا ومنقيا طبيعيا للبشرة، على أن يتم استعماله بكميات صغيرة في تحضير تونر منعش للجلد. يكفي خلط ملعقة كبيرة من خل التفاح مع مقدار كوب من الماء. يحفظ هذا الخليط في عبوة زداذة ويرش به الوجه على الأقل مرة يوميا قبل شطفه بالماء

2- لوشن الشاي الأخضر

فوائد الشاي الأخضر في مجال العناية بالبشرة عديدة وهي تأتي من خصائصه المضادة للأكسدة. لتحضير لوشن الشاي الأخضر، ضعي ملعقتين كبيرتين من أوراق هذا الشاي في لتر من الماء الساخن وأضيفي إلى الخليط عصير نصف حبة من الليمون. اتركي نقيع الشاي حتى يبرد ثم صفيه واحتفظي به في البراد لاستعماله صباحا ومساء كتونر تمسحين به بشرتك بعد تنظيفها

3- البطاطا لعلاج الهالات الداكنة

تتميز ثمرة البطاطا بخصائصها المضادة للالتهاب والمعالجة للهالات الداكنة. يكفي تقشير حبة صغيرة من البطاطا وتقطيعها إلى دوائر ثم تطبيقها على العينين لمدة 15 دقيقة يوميا للتخفيف من حدة الهالات الداكنة بشكل ملحوظ

4- الشوكولاتة لقناع معزز للإشراق

وبقدرتها على تعزيز إشراق البشرة بشكل فوري. يكفي تدويب مربعين من الشوكولاتة بغناها بمضادات الأكسدة والفيتامين الشوكولاتة الداكنة ثم خلطها بملعقة صغيرة من زيت نباتي قد يكون زيت الزيتون، أو الأرغان، أو زيت اللوز الحلو بالإضافة إلى ملعقة كبيرة من الكريما الطازجة. طبقي هذا القناع لمدة 15 دقيقة على بشرتك مرتين أسبوعيا

يجعل منه منقيا فعالا للبشرة، كما أن غناه بالماء يجعله مصدرا للانتعاش. أما الزبادي فيتميز بمفعول منظف C إن غنى الخيار بالفيتامين ومفتح للون البشرة. لتحضير هذا القناع يكفي برش حبة من الخيار وخلطها مع القليل من الزبادي للحصول على قناع يطبق على بشرة الوجه لمدة 15 دقيقة 3مرات أسبوعيا

6-خلطة العسل والليمون

يتميز العسل بمفعوله المضاد للأكسدة كما أنه ينظف البشرة، وينقيها، ويهدئها، ويرطبها بفضل غناه بالفيتامينات والأملاح المعدنية. أما عند خلطه ببعض عصير الليمون فهو يكتسب خصائص مطهرة. لتحضير هذه الخلطة يكفي مزج ملعقة كبيرة من العسل وملعقة صغيرة من عصير الليمون بالإضافة إلى نقطتين من زيت الليمون الأساسي. يطبق هذا الخليط على البشرة مرتين أسبوعيا لمدة 15 دقيقة بهدف الحصول على إشراق فوري

7-قناع الجزر والعسل

يكسب الجزر بشرتنا اسمرارا ذهبيا، وهو يعزز إشراقها أيضا خاصة عند خلطه مع العسل. لتحضير هذا القناع يكفي برش حبتين من الجزر وخلطهما مع ملعقة كبيرة من العسل. يطبق هذا القناع على البشرة مرتين أسبوعيا لمدة 15 دقيقة فيكسبها لونا ذهبيا وإشراقا مميزا