

# استخدامات الحليب الجمالية لتنقية وتبييض البشرة

يعتبر الحليب من أهم العناصر الجمالية والذي يساعد على تنقية البشرة وترطيبها وإضافة النعومة اليها كما انه يعمل على القضاء على البثور والرؤوس السوداء، يزيل الجلد الميت، يقضي على البقع الداكنة، يصغر المسامات، يخفف انتفاخ العيون، يقضي على الهالات السوداء، يعزز الكولاجين ويساعد على شد البشرة والمحافظة على شبابها.

يجب ادراج الحليب ضمن عاداتك الجمالية اليومية وحيث يمكنك استخدامه بصورة يومية ودائمة خلال الليل وقبل الخلود الى النوم للحصول على بشرة مشرقة ونقية.

يجب البدء بروتين العناية بشرتك الليلي من خلال إزالة المكياج بمزيل سائل قوي للتخلص من آثار المكياج والرواسب وحيث ينصح بعدم استخدام المناديل الورقية ثم تنظيف البشرة بغسل الوجه المناسب لنوع بشرتك للقضاء على كافة الرواسب في البشرة ومن بعدها قومي بترطيب وجهك من خلال تطبيق كريم مرطب ليلي و غني بالفيتامين C ومضاد الأكسدة ثم عليك تطبيق كريم مرطب للعينين للقضاء على التجاعيد والانتفاخ والهالات السوداء والخطوة الأهم التي عليك اتباعها خلال هذا الروتين هي تطبيق الحليب على البشرة.

تكمّن طريقة استخدام الحليب للبشرة من خلال مزج كمية مناسبة من الحليب البودرة مع الماء البارد ثم تبليل قطنه بالحليب وتطبيقها على الوجه مع التدليك بطريقة لطيفة وبحركات دائرية لتمتصه البشرة يوميا قبل النوم. في الصباح، اغسلي وجهك جيدا بالمنظف المناسب مع نوع بشرتك وبعد فترة وجيزة سوف تلاحظي أن بشرتك أصبحت أكثر بياضا و اشراقا و نعومة.

من جهة أخرى، يمكن تطبيق قطنتين مبلولتين بالحليب البارد على عينيك وتركهما لحوال 10 دقائق لمعالجة كافة مشاكل العينين الجمالية. أمّا للتخلص من التجاعيد في الوجه فيمكنك مزج ملعقة كبيرة من بودرة الحليب مع نصف ثمرة موز في الخلاط الكهربائي ثم تطبيق هذا المزيج على الوجه وتركه لحوالي 5 دقائق ومن بعدها غسل البشرة جيدا بالماء البارد.