بالخطوات: وصفة التفّاح لبشرة نقية وبيضاء

تتعدد الوصفات الطبيعية التي تدعم روتينكِ الجماليّ، وأبرز ما يدخل في هذه الخلطات هي الفاكهة والخضار، لأنها غنيّة بالفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة، التي تعمل على تحسين نوعية البشرة لدى تناولها أو حتّى لدى تطبيقها بشكل موضعيّ.

نادرًا ما نرى وصفات طبيعية بالتفاح، بحيث تجهل أغلبية النساء دور التفاح بتفتيح لون البشرة بسرعة وبسهولة تامة. فقد حان الوقت لإدخاله في روتين العناية ببشرتك.

يحتوي التفاح على الفيتامين A ومضادات الأكسدة، التي تعمل على المحافظة على مرونة الجلد، وعلى النحاس، الذي يخفف من انتاج الميلانين بالبشرة مما يجعلها أكثر نقاءًا وبياضاً.

إليكِ الخطوات اللازمة:

مكونات القناع:

- ثمرة تفاح.
- ض ملعقة كبيرة لبن.
- 1 ملعقة كبيرة معسل.
- 1 ملعقة كبيرة عصير ليمون.

طريقة التحضير والإستخدام:

1. قومي بسلق التفّاحة ثمّ قشّريها واهرسيها.
2. أضيفي اللبن والعسل وعصير الليمون وامزجي المكونات جيدًا.
3. طبّقي القناع على وجهكِ بأكمله واتركيه ليجف.
4. اغسلي بشرتك بالماء البارد.
5. تكرر هذه العملية 3 مرات في الأسبوع.

يساعد اللبن والفيتامين C على تسريع عملية تبييض وتفتيح البشرة وحيث ستلاحظي الفرق خلال أسبوعين.

من جهة ثانية، يمكنك سلق شرائح التفاح وهرسها وتطبيقها على وجهك وتركها لحوالي 20 دقيقة. خلطة سريعة وسهلة التحضير ولديها مفعول

قوي لتبييض البشرة وتوحيد لونها.