

بشرك جافة...إليك هذه النصائح لترطيبها

مع تبدل الفصول تحتاج البشرة الى الكثير من العناية، فتلجأ الفتيات خاصة الى إستخدام مرطبات البشرة التي تحافظ على نضارة بشرتهن. إلا أن البشرة الجافة تحتاج الى عناية مركزة كي لا تبدو ملامح تقشر الوجه بارزة بشكل واضح. فعدا عن استخدام كريمات الترطيب وشرب كميات وافرة من المياه، ننصحك بإضافة بعض القطرات من زيت الورد عند غسل وجهك.

وفي ما يلي إليك مجموعة من النصائح التي ستساعدك في عملية ترطيب بشرك الجافة:

- الكريمات المرطبة: استخدمي الكريمات المرطبة للجلد بعد أي حمام تقومين به، وذلك لإعادة التوازن إلى البشرة وللحفاظ على تماسكها.

- الابتعاد عن الصابون: تجنبي كثرة استعمال الصابون فهو يكفي لغسل الوجه مرتين يوميا على الأكثر، هذا ويفضل استعمال صابون يحتوي على زيت الزيتون أو الغلسرين، وانتبهي الى غسل الوجه جيدا بالماء للتخلص من آثار الصابون.

- التونر: للعناية بالبشرة الجافة حاولي الاستغناء عن الماء والصابون واحرصي على استعمال منطف للبشرة يحتوي على زيوت مرطبة.

- قناع مرطب أسبوعي: يفضل وضع قناع أسبوعي للتخلص من القشور الجلدية وإكساب الجلد المرونة والرطوبة ويفضل الأنواع التي يستخدم فيها اللبن الزبادي.

- أخيراً، ننصحك بأن تقومي بدهن بشرك بعد الاستحمام بطبقة خفيفة من زيت الزيتون وكذلك كل مساءٍ بغلسرين مضافاً إليه ماء الورد؛ وذلك لتخفيف لزوجته والتغلب على رائحته.