دقيق الأرز لتفتيح لون البشرة وتنقيتها

تحتاج البشرة الى الكثير من العناية والى روتين جمالي معيّن لأنها تتأثر بالعديد من العوامل الخارجية مثل أشعة الشمس والعوامل البيئية وظهور النمش وحب الشباب.

تؤثر هذه العوامل على جمال ونضارة ولون البشرة لذلك يجب الحرص على الإهتمام بها وتوحيد لونها من خلال تطبيق أقنعة طبيعية. ويعد دقيق الأرز عنصر طبيعي مثالي للعناية بالبشرة والقضاء على هذه المشاكل الجلدية بالإضافة الى ذلك انه مثالي لكل أنواع البشرة.

1. **قناع الأرز واللبن لكل أنواع البشرة:**

المكونات:

- ½ كوب أرز مطحون
- ¼ كوب ماء
- 2 ملعقة لبن

طريقة التحضير:

- في وعاء زجاجي، يخلط دقيق الأرز مع اللبن والماء للحصول على مزيج متجانس وعجينة متماسكة.
- يطبق الخليط على الوجه والعنق ويترك لحوالي 20 دقيقة. ثم تدلك البشرة جيداً وتغسل بالماء الفاتر.

يساعد هذا القناع على تفتيح لون البشرة وتنعيمها وتنقية المسام.

2. **قناع الأرز مع العسل**

- ملعقة كبيرة دقيق الأرز
- ملعقة كبيرة عسل
- عصير نصف حبة برتقال
- عصير نصف حبة ليمون

طريقة التحضير:

- في وعاء، تخلط المكونات مع التحريك جيداً للحصول على مزيج

متماسك.

- يطبق القناع على البشرة ويترك لحوالي 30 دقيقة حتى يجف ثم يغسل الوجه جيدًا بالماء الفاتر.