

فوائد حليب جوز الهند الجمالية على البشرة والشعر

يعرف زيت جوز الهند لكثير فوائد المذهلة على الشعر والبشرة وتستخدمه النساء حول العالم. اليوم سنعرفك على فوائد حليب جوز الهند الجمالية للشعر والبشرة.

بما أن أغلبية النساء اليوم تميل لاستخدام المواد الطبيعية ضمن روتين العناية بالجمال فننصحك بإدراج حليب جوز الهند ضمن هذا الروتين. يعد حليب جوز الهند غني بالأحماض الدهنية والفيتامينات ومضادات الأكسدة.

فوائد حليب جوز الهند على البشرة:

يرطب البشرة: للتمتع بفوائده عليك تدليك جسمك ووجهك بهذا الحليب يوميًا قبل النوم من ترطيب البشرة من الداخل وإزالة علامات الوجه.

ينظف ويظهر البشرة: ينظف هذا الحليب على البشرة ويحفظ مستوى الرطوبة. ما عليك فعله هو خلط ملعقة من الزبادي مع قطرات من حليب جوز الهند ووضعه على الوجه وتركه لبضع دقائق ثم غسل البشرة جيدًا.

يقشر الجسم: عليك خلط 4 ملاعق كبيرة حليب جوز الهند مع ملعقة كبيرة زيت جوز الهند وكوب ملح أو سكر بني وبضع قطرات من زيت عطري واستخدام هذه الوصفة على الجسم مرة في الأسبوع لتقشيره طبيعيًا.

منافع حليب جوز الهند للشعر:

يحفز نمو الشعر: يجب أن تدلكي فروة رأسك بحليب جوز الهند بلطف وتطبيقه على شعرك بأكمله وتركه لحوال 4 ساعات مغطى بغطاء بلاستيكي ثم غسله جيدًا كالمعتاد. تكرر هذه العملية مرة في الأسبوع.

ينعم الشعر: عليك وضع كوب حليب جوز الهند مع $\frac{1}{4}$ كوب عصير ليمون في زجاجة ووضعها في الثلاجة لبعض الوقت ثم رش المزيج على الشعر وتركه لمدة 30 دقيقة ثم غسله كالمعتاد. تكرر هذه الوصفة مرة في الأسبوع.

يرطب الشعر: عليك خلط 4 ملاعق كبيرة حليب جوز الهند مع ملعقة كبيرة من كل من العسل وزيت الزيتون ثم تدليك فروة الرأس بهذا

الخليط وتركه لحوال ساعة ومن بعدها غسله كالمعتاد. تكرر هذه العملية مرة في الأسبوع.