

# كيفية التخفيف من تجاعيد العين بواسطة الخلطات الطبيعية

تأتي تجاعيد البشرة مع العمر عندما يفقد الجلد مرونته ، وذلك مع مرور الوقت ، بسبب عدم إنتاج الكولاجين بشكل طبيعي من قبل البشرة .

يعتبر الكولاجين هو البروتين المسؤول عن المحافظة على السوائل التي تعمل على اضافة النعومة والمرونة الى الجلد . تتعرض الأنسجة المبطنة لخلايا البشرة الى التلف ، مما يؤدي الى ظهور الخطوط الدقيقة على الوجه والتي تتحول إلى تجاعيد .

على الرغم من أن ظهور التجاعيد هو أمر طبيعي ومتعلق بعملية التقدم في السن ، إلا أن التعرض الى أشعة الشمس ما فوق البنفسجية والشوارد الحرة ، تعمل على تسريع ظهور هذه التجاعيد المبكرة . فيؤدي التعرض المستمر الى أشعة الشمس الى ظهور التجاعيد المبكرة والبقع الداكنة .

بالإضافة الى ذلك ، يؤدي التدخين وحتى التعرض الى أدخنة السجائر الى التعرض للشوارد الحرة كما يساهم بزيادة ظهور التجاعيد . من جهة ثانية ، لا تمنع المستحضرات الطبية والخلطات الطبيعية عملية الشيخوخة ، لكنها تبطنها .

تعمل مضادات الأكسدة الطبيعية الموجودة في كريمات البشرة على إيقاف الجذر الحرة وتقضي على مفعولها ، التي تدمر من ناحيتها الكولاجين داخل خلايا البشرة . تحتوي المستحضرات الطبية و الطبيعية العشبية على أحماض الألفا هيدروكسي ، التي تعمل على تعزيز إنتاج حمض الهيالويورونيك ، عامل طبيعي مرطب للبشرة ويساعد على استعادة مرونة الجلد .

يساعد استخدام الخلطات الطبيعية وكريمات الريتينول على تخفيف تجاعيد البشرة البارزة ويمنع ظهور التجاعيد الجديدة على الجلد .

اليك كيفية التخفيف من تجاعيد العين بواسطة الخلطات الطبيعية :

## • وصفة حليب جوز الهند

يحتوي حليب جوز الهند على العناصر المغذية والمرطبة للجلد والتي تساعد على إزالة آثار التجاعيد وتكافح شيخوخة البشرة وتضفي

الترطيب والمرونة للجلد.

## المكونات :

▪ حليب جوز الهند

## طريقة الاستخدام:

1. استخلصي حليب جوز الهند الطبيعي من ثمرة جوز الهند.
2. طبقي الحليب على بشرتك واتركيه لمدة 10 دقائق.



## ▪ وصفة الأفوكادو

تعد فاكهة الأفوكادو من أفضل المكونات الطبيعية التي تضيء الصحة والانتعاش والنضارة للبشرة ، لاحتواءها على الزيوت الصحية.

## المكونات:

▪ ثمرة أفوكادو

## خطوات الاستخدام:

1. قطعي الأفوكادو الى شرائح.
2. دلكي بشرتك بشرائح الأفوكادو حتى تساعدك على تجديد الخلايا ومكافحة التجاعيد.
3. كرري هذه العملية مرتين في الأسبوع.



## ▪ وصفة عصير الليمون

يعرف عصير الليمون انه يتمتع بالكثير من الفوائد الجمالية المذهلة للبشرة .

## المكونات:

▪ بضع قطرات عصير ليمون طازج  
▪ القليل من الجليسرين.

## خطوات الاستخدام:

1. دلكي وجهك بالقليل من عصير الليمون
2. امزجي القليل من الجليسرين مع عصير الليمون وطبقه على وجهك مرة في الأسبوع.



### ▪ زيت الفيتامين E

يعد الفيتامين E من أهم العناصر الأساسية للحفاظ على صحة وشباب البشرة وهو يمنحها نضارة ملحوظة ويساعد على المحافظة على شباب منطقة العينين.

### المكونات :

- 1 كبسولة من الفيتامين E
- 1 ملعقة صغيرة من الزبادي
- 1 ملعقة صغيرة من العسل

### طريقة التحضير والإستخدام:

1. امزجي محتوى كبسولة الفيتامين E مع ملعقة الزبادي والعسل.
2. طبقي الخليط على وجهك مع التشديد على حول العينين.
3. اتركي الوصفة على وجهك لمدة 15 دقيقة.
4. كرري هذه العملية مرتين في الأسبوع



### ▪ وصفة شرائح البطاطس

تتميز البطاطس بخصائصها السحرية لتفتيح البشرة وهي تساعد على إزالة البقع الداكنة والندبات مع التقدم في العمر.

### المكونات:

- شرائح بطاطس

### طريقة الاستخدام:

1. دلكي بشرتك بشرائح البطاطس الطازجة برفق ، مع التركيز على أماكن البثور والندبات.
2. كرري هذه العملية مرتين أو ثلاثة في الأسبوع.

