

مكونات طبيعية سر جمال بشرة السعوديات

لطالما أكدت المكونات الطبيعية قدرتها الفعالة على تجديد جمال البشرة والشعر والحفاظ على إشراقها ونضارتها وحيويتها ، حيث تحتوي هذه المكونات على خصائص مفيدة جداً للجلد والمسام ، تساهم بجعلها نضرة وشابة وخالية من الشوائب.

لذلك، تواظب النساء السعوديات على استعمال المكونات الطبيعية على بشرتهن بانتظام ، هذا ما يفسر توهج البشرة وملمسها الرطب والناعم . لذا ، سنعرفك على أبرز هذه المكونات التي تستخدمها المرأة السعودية من أجل المحافظة على شباب بشرتها وتعزيز نضارتها ، فمن بين أهم هذه المكونات الكركم ، الزنجبيل ، الصبار ، إكليل الجبل والشاي الأخضر.

الكركم للتخلص من البثور

يتمتع الكركم بالعديد من الفوائد الجمالية والصحية للبشرة ، حيث انه يحتوي على مضادات البكتيريا والالتهابات ، الامر الذي يجعله علاج فعال للبثور وحب الشباب وإزالة الخلايا الميتة . كما ، يساهم الكركم بالحصول على بشرة نضرة وخالية من التجاعيد ويعالج مشاكل البشرة الدهنية والجافة.



وصفة الكركم

المكونات:

- 1 ▪ ملعقة صغيرة كركم
- 1 ▪ ملعقة صغيرة عسل
- 1 ▪ ملعقة صغيرة حليب أو لبن الزبادي

طريقة التحضير والإستخدام:

1. في وعاء ، يضاف الكركم ثم العسل والحليب.
2. تخلط المكونات جيداً مع بعضها للحصول على عجينة متماسكة القوام.

3. يغسل الوجه بالماء النظيف ويزال كل آثار المكياج.
4. يطبق قناع الكركم على الوجه بأكمله مع التشديد على المناطق الداكنة والهالات السوداء.
5. يترك القناع على البشرة حتى يجف لمدة 20 دقيقة.
6. يغسل الوجه كالمعتاد ثم يشطف بالماء البارد.
7. تكرر هذه العملية مرتين في الأسبوع.

الزنجبيل لشد البشرة

يعمل الزنجبيل على الحفاظ على مادة الكولاجين بالبشرة ، المادة المسؤولة عن مرونة الجلد والحفاظ على شبابه ، الأمر الذي يؤخر ظهور التجاعيد والخطوط الرفيعة . بالإضافة الى ذلك ، يساهم الزنجبيل في تطهير البشرة من السموم ، فيحد من ظهور الحب والبثور كما انه يكافح السموم التي تتعرض لها البشرة .

قناع الزنجبيل

المكونات:

- 2 ملعقة صغيرة مسحوق الزنجبيل
- 1 ملعقة صغيرة سكر ابيض او اسمر
- قطرات زيت زيتون
- $\frac{1}{4}$ ملعقة كبيرة قشور ليمون مبروش

طريقة التحضير والاستخدام:

1. يخلط السكر مع زيت الزيتون ثم يضاف مسحوق الزنجبيل وقشور الليمون المبروش.
2. يطبق قناع الزنجبيل على الوجه ويترك لمدة 15 دقيقة .
3. يغسل الوجه جيدا بالماء البارد.



جل الصبار لتنظيف البشرة وترطيبها

يتمتع جل الصبار بخصائص مفيدة في تنظيف البشرة من العمق وترطيبها ، لذا تستخدم السيدات السعوديات جل الصبار كغسول ومرطب للبشرة ، بالإضافة الى ذلك فهو يجدد خلايا البشرة ويحد الاحمرار والتهيج ويعمل على معالجة آثار حب الشباب والندوب. كما يساعد هذا المكون الطبيعي بالحد من ظهور التجاعيد.

إكليل الجبل لتفتيح البشرة

يعد إكليل الجبل مكون طبيعي مثالي لجميع أنواع البشرة، فهو يعمل على تنظيفها وتنقيتها من الشوائب وكافة الأتربة العالقة عليها. يشتمل إكليل الجبل على الكالسيوم والفيتامين B6 والحديد، عناصر تساعد على شد الجلد وتأخير ظهور التجاعيد والخطوط الرفيعة. كما يساهم هذا المكون في تفتيح لون البشرة والقضاء على البقع الداكنة والتصبغات.

الشاي الأخضر لتأخير ظهور علامات الشيخوخة

يحتوي الشاي الأخضر على مضادات الأكسدة التي تساعد على مكافحة علامات الشيخوخة وتمنح البشرة المرونة والحيوية والنعومة، بالإضافة الى ذلك يغذي الشاي البشرة ويعيد إليها الإشراق واللمعان ويقضي على حب الشباب والبثور ويعالج مشاكل العينين الجمالية وإجهادهما.

