

وصفة الزنجبيل، الحل لشد بشرة البطن

تعتبر العناية بالجمال روتين متكامل ولا يقتصر فقط على الشعر والوجه، بل على بشرة الجسم والرشاقة. يؤثر شكل الجسم على الإطلالة بأكملها، وبما ان بشرة البطن تتعرض الى الترهل، بسبب العديد من المشاكل مثل الولادة، خسارة الوزن بشرة أو جفاف البشرة.

يوجد العديد من الأمور والخلطات الطبيعية التي تساعدك على شد بشرة البطن، وتعتبر خلطة الزنجبيل حل سحري لهذه المشكلة. بالإضافة الى هذه عليك اتباع روتين العناية بالبشرة وتطبيق كريم واقى الشمس لدى تعرض هذه المنطقة للشمس، فتعد منطقة أساسية لتطبيق الحماية عليها، لأن الشمس تؤدي الى ترهل الجلد بسرعة.

كما عليك الإنتباه لطريقة خسارة الوزن أو الزيادة، لأن التغيرات بوتيرة سريعة تؤدي الى ترهل البشرة. بالإضافة الى ذلك، ينصح استخدام جيل الاستحمام المرطب الطبيعي لدى الإستحمام بدلاً من الصابون، ثم تطبيق زيت وتدليك البطن جيداً.

يعرف الزنجبيل بفوائده الصحية العديدة وبقدرته على التنحيف، ولدى استخدامه كقناع فيساعد على شد منطقة البطن. لتحضير قناع الزنجبيل:

الخلطة الأولى: عليك غسل 500 غ من الزنجبيل وإزالة القشرة ثم طحنه جيداً، من بعدها عليك وضع الزنجبيل على النار مع 500 غ من الملح وترك الخليط ليسخن على نار خفيفة. يوضع المزيج في كيس ويدلك البطن بواسطته ليبرد الكيس.

الوصفة الثانية: يجب غسل كيلو زنجبيل وطحنه بدون القشر ثم إضافة ليتر من الخل ووضع المزيج في وعاء زجاجي وتركه لحوالي أسبوع. ومن بعدها تدليك بطنه بهذه الخلطة قبل الاستحمام يوميّاً.