

الحل النهائي للتخلص من سواد الركب والاكواع

كل النساء تهتم بجمال بشرة الوجه ثم اليدين في المرتبة الثانية إلا أن هذه الأغلبية نفسها تعبّر عن استيائها الكبير للون الكوعين والركب الذي يبدو أغمق بدرجات من لون البشرة الأصلي. ويعود هذا اللون المائل إلى الإسمرار إلى إهمال هذه المناطق مما يؤدي إلى تراكم الخلايا الميتة وبالتالي الإسوداد.

ولكل امرأة تعاني من مشكلة سواد الركب والاكواع اليك هذه الحلول والوصفات البسيطة ذات بنتائج رائعة:

1- التقشير الدوري: احرصي على تقشير منطقة الكوع والركبة بصورة منتظمة حتى تتخلصي من تراكم الخلايا الميتة خشونة الملمس. استعملي فرشاة صغيرة ناعمة للغرض ولا تبالي في دعك المنطقة بالفرشاة حتى لا تتسببي بالتهابات للجلد وزيادة في تجففه، بل حاولي التقشير برفق و بحركات دائرية خفيفة. قومي بالتقشير مرة أو مرتين في الأسبوع. استعملي أحد الزيوت المفضلة لديك مع القليل من الملح و افركي بها هذه المناطق برفق ثم اغسلي بالماء الفاتر

2- الترطيب المتواصل: منطقة الكوع والركبة من أشد المناطق جفافا في البشرة، لذا فهما بحاجة إلى الحفاظ على نسبة من الترطيب حتى لا تشد حدة جفافهما. احرصي على ترطيب جسمك وخاصة هذه المناطق في فترة لا تتجاوز 3 دقائق من الإنتهاء من الإستحمام حتى تختزن البشرة شيئا من الرطوبة بالداخل. أما بالنسبة للمستحضرات تستطيعين استعمال كريمات مرطبة مخصصة للغرض أو ببساطة مستحضر إزالة المكياج فهو سيفي بالغرض كما تستطيعين استعمال قناع العسل وزبدة الكاكاو فهو مفيد جدا في منح هذه المنطقة الكثير من النعومة

وصفات مفيدة للتخلص من سواد الركب والاكواع :

- الليمون: من المتعارف أن الليمون يعمل على تفتيح البشرة لذلك افركي المناطق بنصف ليمونة ثم ضعي فوقها قطعة من القطن الناعم مغموسة في القليل من زيت الزيتون الفاتر و ستلاحظين الفرق، أو تستطيعين مزج ملعقة كبيرة من زيت جوز الهند مع قطرات من الليمون وتدليك المكان.
- قشر البرتقال: يعتبر قشر البرتقال أيضا من المنتجات

المفيدة لسواد الكوع والركبة، ادعكي هذه المناطق بالجهة البيضاء من القشرة للحصول على النعومة والتألق.

واليك هذه النصيحة: تجنبي احتكاك هذه المناطق لوقت مطول بالأسطح الصلبة مثل الجلوس على الركبتين أرضاً أو الإتكاء على أحد الكوعين عند مشاهدة التلفاز أو استعمال الكمبيوتر.