

# تجنبني إتباع الأمور التالية قبل موعد الزفاف بـ 10 أيام

تقع الكثير من النساء بمشاكل جمالية قبل أيام قليلة من يوم الزفاف، وتعمل هذه الأمور على تشويه الإطلالة المثالية. فتقوم العرائس بأمر محظورة قبل الزفاف تجعلها تقع بـفخ جمالي.

**اليك أهم الأمور التي عليك الإبتعاد عن القيام بها قبل 10 أيام من موعد الزفاف:**

**تقشير البشرة:** تسبب المراهم والكريمات لتقشير البشرة التي تباع بالصيدلية بظهور القشور على البشر بعد التوقف عن استخدامها. لذلك يجب التخلي عن استخدام مقشر البشرة قبل 10 أيام من موعد الزفاف ويمكن اللجوء الى الحصول على حمامات ساخنة للمحافظة على نضارة البشرة.

فيسبب التقشير بصعوبة تطبيق المكياج وحصول قشور وإحمرار البشرة.

**إزالة شعر الجسم:** ابتعدي عن إزالة شعر الجسم قبل 10 أيام من يوم الزفاف على الأقل. فتسبب هذه العملي بظهور الرؤوس السوداء وجعل ملمس البشرة جشنة وحيث يصبح أمر إزالة شعر الجسم يوم العرس أمرًا صعبًا، فعليك ترك الشعر ينمو لتسهل إزالتها.

فيجب عمل جلسة إزالة الشعر قبل يومين من موعد الزفاف للتأكد من إستمرار النتيجة لوقت أطول.

**التعرض لأشعة الشمس:** يجب على كل عروس الإبتعاد عن الخروج من المنزل في وقت الظهر والتعرض للكثير من أشعة الشمس، لان البشرة ستصاب بالتصبغات والبقع. وينصح بتطبيق كريم واقى الشمس كل يوم في الصباح، قبل الخروج من المنزل، ويجب أن يكون الكريم بدرجة حماية 25.

**استهلاك المشروبات الغازية والمنبهات:** تسبب المنبهات والمشروبات الغازية بالإصابة بالأرق وبإنتفاخ البطن. عليك استبدال استهلاك هذه المشروبات بالماء والعصير الطازج، للمحافظة على ترطيب البشرة.