

# خلطات طبيعية لترطيب اليدين

ان جمال اليدين يبرز أناقة وجمال السيدة الراقية ويدل على حسن المظهر الخارجي كما أن العناية الصحيحة باليدين تتطلب الوقت والمواظبة وعادات جمالية يومية. من جهة أخرى، تعاني العديد من النساء من مشكلة خفاف وتشقق في اليدين بسبب إهمال الإهتمام بهما وعدم تطبيق الكريم المرطب والأقنعة الخاصة واستخدام الماء الساخن وتعريض اليدين للمنظفات المنزلية الضارة وغيرها.

ويجب الإهتمام والعناية باليدين يومياً وذلك أثناء ممارسة كافة الأعمال من أجل المحافظة على جمالهما، لذلك يجب لبس القفازات أثناء الأعمال المنزلية والإبتعاد عن لمس المنظفات والمواد الكيماوية وتطبيق كريم الترطيب يومياً قبل النوم واستعمال كريم واقي الشمس، كما يوجد العديد من الخلطات الطبيعية السهلة والتي تعمل على ترطيب اليدين والمحافظة على جمالها من دون اللجوء الى الكريمات الباهظة الثمن والداخل فيها مواد كيماوية.

اليك عزيزتي أهم الخلطات الطبيعية الفعالة لترطيب اليدين:

**خلطة عصير الليمون وزيت الزيتون:** تخلط ملعقتين صغيرتين من كل من عصير الليمون وزيت الزيتون ثم يضاف القليل من الماء، تدهن اليدين بالخليط يومياً ولمدة أسبوع قبل النوم.

**خلطة ماء الورد والفازلين:** للحصول على هذه الوصفة يجب خلط ملعقتين صغيرتين من كل من الفازلين وعصير الليمون وماء الورد في وعاء، تدلك اليدين بهذه الخلطة وتترك لمدة 30 دقيقة الى 40 دقيقة قبل غسل اليدين جيداً بالماء البارد.

**خلطة العسل:** يجب مزج 4 ملاعق صغيرة عسل طبيعي مع 4 ملاعق صغيرة جليسيرين والقليل من عصير الليمون في وعاء، تدهن اليدين بهذه الخلطة مرتين يومياً للحصول على النتيجة المرجوة.

**خلطة الحليب والبيض:** لصنع هذه الخلطة يجب خلط بيض بيضتان مع كمية مناسبة من الحليب في وعاء، تدهن اليدين بهذا المزيج مرتين في الأسبوع لترطيب اليدين والمحافظة على شباب البشرة وجمالها.

**خلطة الكركم:** لتحضير هذه الخلطة يجب مزج مسحوق الكركم مع عصير قصب السكر في وعاء ويخلط المكونات جيداً للحصول على عجينة

متماسكة، تدهن اليدين بهذه الوصفة مرة في الأسبوع.