

طرق مختلفة لتقشير الجسم

خلايا الجلد الميتة لا تظهر على وجهك فقط. قومي بتقشير جسمك أيضا لمظهر مشرق وتوهج ساطع. هذه بعض التقنيات المختلفة التي ستساعدك على تقشير جسمك:

القفازات: قفازات التقشير يمكن أن تستخدم إما بمفردها أو بالاقتران مع منتجات خاصة، مثل منتج فرك الجسم. نسيج القفازات يتخلص بسرعة وبسهولة من جزيئات البشرة الزائدة للكشف عن الجلد الجديد تحتها. استخدم القفازات لجميع أنحاء الجسم عن طريق الفرك بلطف في حركة دائرية. إذا كان لديك بشرة جافة، لا تستخدم القفازات لأنها يمكن أن تهيج بشرتك وتسبب المزيد من الجفاف.

قشور الجسم: يجب أن تستخدم هذه القشور للبشرة الجافة بدلا من قفازات التقشير. قشور الجسم تعمل على ترك الجلد لينا وتقشره من خلال استخدام انزيمات الفاكهة، حمض اللبنيك، وحمض الجليكوليك. فضلا عن الكشف عن بشرتك لتصبح أكثر شبابا، قشور الجسم هي أيضا عظيمة لتطهير المسام المسدودة والبصيلات. استخدمها في فصل الصيف عندما تكون بشرتك عرضة أكثر لحب الشباب والشعر المحبوس تحت الجلد.

غسول الجسم للتقشير: في حين أن القشور قد تكون مكثفة جدا للبشرة الحساسة، غسول الجسم للتقشير يتم هذه المهمة في حين يبقى البشرة ناعمة. إنه مثالي لأولئك الذين يعانون من تهيج البشرة، فمعظم مستحضرات غسول الجسم للتقشير تفرج عن المكونات النشطة ببطء ويمكن استخدامها يوميا. تأكدي من اختيار الأصناف التي تحتوي على أحماض ألفا أو بيتا هيدروكسي للحصول على أفضل النتائج.

التقشير الجاف: مثل قفازات التقشير، يمكن للفرشاة الجافة أن تفيد في التقشير دون استخدام أي منتجات للتجميل. ابحثي عن فرشاة مع شعيرات ناعمة، قصيرة واستخدمها بطريقة ناعمة مع حركات دائرية، وانتقلي من قدميك صعودا. فضلا عن التخلص من الجلد الميت، يعتقد أيضا أن هذه الطريقة تساعد في تحفيز التصريف اللمفاوي، فتخلق البشرة الناعمة.

الحجر الاسفنجي: لا تنسي أن تقشري قدميك، فهذا هو المكان الذي تظهر فيه الكثير من خلايا الجلد الميتة وتتراكم. بعد كل دش، افركي أسفل قدميك بالحجر الاسفنجي لمدة دقيقة. القيام بذلك سوف يفرك الجلد الميت، ويتركك مع أقدام ناعمة ولينة.