فوائد الأفوكادو للشعر والبشرة

تعدّ منتجات الطبيعة مصدراً تحصل من خلاله المرأة على كل ما قد يدعّم جمالها ويمدّها بالنضارة والشباب فيما إذا استطاعت اكتشاف هذه المنتجات ومعرفة فوائدها، وما يجب عليك التعرف على فوائده الصحية والجمالية العظيمة، هو ثمرة الأفوكادو والتي تكاد تكون غير معروفة سوى لطبقات معينة من الناس.

إن الأفوكادو غنية بالزيت، وتحتوي على الكثير من الفيتامينات، كما أنها مضادة للجراثيم والفطريات، حيث تستخدم لعلاج الإصابات الجلدية الطفيفة كحروق الشمس وخدوش الجلد.

ومن فوائد الأفوكادو للشعر والبشرة خلطات غنيّة للعناية بالجمال، اذ إن الأفوكادو ثمرة مفيدة جداً للبشرة، لأنها تجعلها أكثر حيوية ونضارة، بفضل خصائصها المرطبة، كما يمكن استخدام الأفوكادو كقناع مرطب، يتكون من نصف ثمرة أفوكادو وملعقة عسل نحل ومغلي زهرة الكاموميل، وذلك بوضعها على البشرة لمدة ساعة، قبل أن يغسل بالماء الفاتر.

ويمكن أيضا أن يصنع منه ماسك معالج للبثور، وذلك بمزجه مع البيض والعسل ولبن الزبادي الطبيعي، وهذا ناجع لردع البكتريا.

الأفوكادو علاج للشعر الجاف والمجعد:

وذلك لأنه يحتوي على الفيتامينات، وبالتالي يمكن استخدامه بمزجه مع مغلي الكاموميل وملعقة عسل أبيض وكريم مناسب لنوع الشعر. أما استخدامه في حمام زيت الشعر فيكون عن طريق مزج المكونات السابقة نفسها مع إضافة مجموعة زيوت مغذية للشعر، مثل زيت السمسم وزيت الجرجير.

الأفوكادو بلسم للشعر:

امزجي ثمرة من الأفوكادو مع كوب من المايونيز، وضعيه على شعرك لمدة 25 دقيقة قبل شطفه، وفي حال كان شعرك جافا بشكل كبير، امزجي نصف حبة أفوكادو ناضجة جداً مع ثمرة موز صغيرة، وضيفي لها صفار بيضة ونصف علبة صغيرة من الزبادي وملعقتين من زيت الزيتون، واتركيه على شعرك المغسول لمدة 20 دقيقة، كرري هذا العلاج مرة كل أسبوع إذا كان شعرك جافاً ، ومرة واحدة كل شهر لباقي أنواع الشعر.

الأفوكادو لنعومة ولمعان الشعر:

تستخدم الأفوكادو كمثبت للشعر لإكسابه النعومة واللمعان، وذلك عن طريق ماسك مكون من نصف ثمرة أفوكادو ونصف ملعقة صغيرة من زيت الأفوكادو وصفار بيضتين.

اهرسي جميع المكونات واخلطيها جيداً، استخدميها لتدليك فروة رأسك وشعرك مع التركيز على أطراف الشعر الجافة المقصفة، استمري بالتدليك لمدة 5 دقائق، ثم اتركي المستحضر على شعر لمدة 15 دقيقة أخرى، قبل أن تشطفيه بالماء الفاتر.