

كيف تعالجين الرؤوس البيضاء في المنزل؟

الرؤوس البيضاء هي نتيجة لمحاربة الجسم للبكتيريا التي بدأت في التراكم في مسامه. تختلط الأتربة مع الزيوت التي يفرزها البشرة بشكل طبيعي وبذلك تمثل البيئة الخصبة لنمو هذه البكتيريا.

ومن أفضل الطرق للتخلص من الرؤوس البيضاء هو الحرص على تنظيف الوجه مرتين في اليوم، إذا لم تتوافر لدى الشخص الطاقة لتنظيف الوجه قبل النوم، عليه باستخدام المناديل المبللة التي تعمل على تنظيفه، مع تجنب تناول الطعام غير الصحي، شرب الوفير من الماء وأخذ القدر الوافر من الراحة، وكل هذه عوامل من أجل الصحة العامة ككل.

وفي ما يلي، مجموعة منimasك المنزلية التي تعتمد على العسل ولها فاعلية كبيرة في التخلص من الرؤوس البيضاء وعلاجه:

1- ماسك العسل:

الرؤوس البيضاء تسبب القلق للشخص لما تكسبه من مظهر غير جذاب للوجه. لكن يمكن علاجها منزلياً بغسل الوجه جيداً بالماء الدافئ والماء البارد، فالماء الدافئ يعمل على فتح المسام وتخلل العسل.

ويدهن العسل على الوجه بأكمله مع تدليك الوجه برفق ويترك لمدة 10 - 15 دقيقة، ثم يغسل بالماء الفاتر ويحلف عن طريق الربت الخفيف.

إذا كان الوجه مليء بالرؤوس البيضاء يتم تدليك البشرة قبل غسيل العسل وتركيز الماسك عند الأنف وعند عظمة الوجنتين والجبهة وغيرها من المناطق التي تتعرض لظهور الرؤوس البيضاء بها. وبمجرد أن يكتسب العسل القوام اللزج من التدليك يتم الربت على الجلد فهذا يعمل على فتح المسام وتخلل العسل لتنظيف أعمق لخلاياه، ثم يغسل الوجه بالماء الفاتر.

2- ماسك العسل مع الشوفان

ومن الممكن أن يستخدم العسل مع المكونات الأخرى كamasك للوجه للوقاية من تكون الرؤوس البيضاء، وذلك بمزج ملعقتين كبيرتين من العسل مع ملعقة واحدة كبيرة من نخالة الشوفان ويسخن هذا المزيج

في الميكرويف.

يدهن الماسك على الوجه ويترك من 15 - 20 دقيقة، ثم يشطف الوجه بالماء الفاتر ويجف بالربت الخفيف عليه.

3- ماسك العسل والبيض

تخلط ملعقة كبيرة من العسل مع بياض بيضة واحدة، حيث يوضع الخليط على الوجه لمدة 30 دقيقة ثم يشطف الوجه بالماء الفاتر.