

# ماسكات منزلية لمعالجة الانتفاخ

## ▪ قناع الملفوف

يتميز بخصائص مهدئة ومزيللة للاحتقان، ولتحضير هذا القناع يجب نقع أوراق الملفوف بالماء الساخن لبضعة دقائق ثم يتم تقطيع هذه الأوراق حسب القياس المطلوب وتوضع على العينين.

## ▪ قناع البطاطا

ابشري رأس البطاطس ووزعي البرش حول العين واتركيه لمدة 20 دقيقة يخفف هذا القناع الانتفاخ وخصوصا في حالات التعب.

## ▪ قناع الماء المثلج او الحليب

انقعي بضع ضمادات من القطن بالماء المثلج أو الحليب البارد، ثم ضعي كل ضمادة على عين واستلقي وغيري القطن عندما تصبح دافئة وتابعي العملية لمدة 15 دقيقة. يخفف هذا القناع الانتفاخ ويجعل بياض العين اكثر سطوعا وإشراقا

وكذلك يمكن نقع قطتين بماء الورد المثلج ثم اعصريهما جيدا وضعيها فوق عينيك لمدة 20 دقيقة .

## ▪ قناع الطحين والحليب والخبيزة

امزجي مقدار ملعقة من الطحين (الدقيق) مع ملعقتين من الحليب الفاتر وماء الخبيزة وماء الورد و8 نقاط من زيت الزيتون، وقليل من زيت اللوز. ضعي المزيج على الشاشة معقمة والصقيها تحت العينين حيث يكون الاسوداد واضحا، اتركي القناع مدة 3 دقائق ثم أزليه بالماء الفاتر.

## ▪ قناع الشاي

الشاي هو أفضل علاج تجميلي لكافة المشاكل المحيطة بالعينين، فهو مفيد في معالجة الانتفاخ وتخفيف الجيوب الدهنية وتحسين المظهر. ويقوم العلاج على وضع قطن من الشاي المغلي المركز أو من المتبقي في الإبريق . وكذلك يستخدم على شكل لوسيون لمعالجة البشرة الدهنية ويفيد أيضا في الحفاظ على اللون البرونزي لفترة اطول.

وتذكري بانه بإمكانك استخدام الأقنعة المحضرة طبيعيا مرتين في

