

# ٤ عناصر طبيعية تؤذى البشرة... تجنبها

تسعى كل سيدة انيقة ومتألقة الحافظة على جمال إطلالتها من رأسها حتى رجليها . ويعد روتين العناية بالبشرة ضروري جدًا للمحافظة على جمال وتألق البشرة والقضاء على كافة الشوائب والمشاكل الجلدية المتعلقة بأنواع البشرة.

تكثر المستحضرات الطبية والخلطات الطبيعية التي يمكن للسيدة اللجوء إليها للإهتمام بالبشرة من خلطات لتبسيط الوجه وأقنعة لتفتيح البشرة وعلاج الجفاف والتخلص من التجاعيد... ولكن ما يجعله الكثيرات أنه يوجد الكثير من العناصر الطبيعية التي تؤذى البشرة ولها أثار جانبية سلبية على الجمال.

اليك ٤ من هذه العناصر الطبيعية:

## زلال البيض لشد البشرة

تلجأ الكثير من السيدات إلى استخدام قناع زلال البيض في روتين العناية بالبشرة كونه يشد الجلد في اعتقادهن أن هذا الماسك يفيد البشرة . ولكن بالفعل تطبيق قناع البيض على البشرة يسبب بحفا فيها ويوهم الشعور بالبشرة المشدودة.

## ال الخيار للبشرة الحساسة

تعتبر شرائح الخيار من الأقنعة الشعبية لدى النساء . ويعرف الخيار أنه يخفف الهالات السوداء حول العينين ويبطئ ظهور علامات الشيخوخة ولكن ما تجهله الكثير من النساء أن هذا القناع يحتوي على نسبة قليلة من مضادات الأكسدة والفيتامينات C و A و E فيسبب بحدوث إلتهابات وتحديداً لصاحبة البشرة الحساسة.

## عصير الليمون لتفتيح لون البشرة

يحتوي عصير الليمون على حامض الستريك والفيتامين C، الذي يوحّد لون البشرة، إلا أنه يسبب بزيادة حساسية البشرة لأشعة الشمس مما يؤدي إلى حدوث تلف الجلد. يمكن إستبدال عصير الليمون بمصل الفيتامين C للقضاء على البقع الداكنة وتعزيز إشراق البشرة أو إلى استخدام قناع العسل الدافئ على الوجه أسبوعياً.

## حليب الماغنيسيا

يسbib إستخدام حليب الماغنيسيا مباشرةً على البشرة بسد مسام البشرة وبظهور البثور والحبوب. وللعنایة بالبشرة يمكن إستخدام المستحضرات القائمة على الفحم. يساعد الفحم على القضاء على الشوائب والزيوت والأوساخ في البشرة.