

# 4 مستحضرات طبيعية للمحافظة على وجه مشرق

زيت جوز الهند: بدون تجريد البشرة من الزيوت الطبيعية، يمكن لزيت جوز الهند القضاء على أي لمعان يظهر في نهاية اليوم. وبفضل خصائصه المضادة للجراثيم، عند استخدام زيت جوز الهند على بشرتك، سيخفف من فقدان الرطوبة في مسامك، تاركاً بشرتك صحية وسلسة.

دلكي بلطف القليل من زيت جوز الهند على وجهك لمدة 30 ثانية. ثم ضعي منشفة دافئة على وجهك لفتح مسامك. انتظري حوالي 15-30 ثانية، ثم ازيلّي الزيت عن وجهك.

خل التفاح: خل التفاح قد يؤدي إلى استعادة مستويات الحموضة في البشرة للمساعدة في تهدئة ظهور البقع، ومنع انسداد المسام. درجة حموضته هي حوالي 5.5 وهي قريبة جداً من درجة الحموضة المثلى للبشرة. امزجي جزء واحد من خل التفاح مع جزئين من الماء، واخلطيهم جيداً. ضيعه على وجه نظيف. وعندما يجف على بشرتك، ضعي المرطب اليومي المعتاد.

▪ العسل والليمون: العسل والليمون يشكلان مرطباً ومطهراً طبيعياً، فهو مزيج ملطف ومنظف كامل. حمض الستريك من الليمون يقتل البكتيريا المسببة لحب الشباب، والانزيمات في الحمضيات تساعد في إزالة الجلد الميت. ويعمل العسل كمضاد للبكتيريا بشكل طبيعي لأنه مليء بالمواد المضادة للأكسدة، التي تمنع ظهور حب الشباب وتبطئ عملية شيخوخة الجلد المبكرة. اخلطي مقدار ملعقتي صغيرتين من العسل وملعقة صغيرة من عصير الليمون الطازج. افركيها بين أصابعك، ثم ضعي طبقة رقيقة على وجهك ومنطقة العنق. اتركي الخليط حتى يجف، ثم قومي بإزالته عبر غسل وجهك بالماء الدافئ.

▪ اللبن: اللبن هو غسول طبيعي للوجه، وهو غني بالبروتين وحمض اللبنيك. هذه المركبات تعمل معاً للمساعدة في إزالة السموم من الجلد: استعمال حمض اللبنيك يشجع بشرتك على التخلص بانتظام من الخلايا الميتة من خلال تقشيرها، والبروتين يساعد على شد المسام، ويقلل من ظهور الخطوط الدقيقة، ويرطب البشرة.

دلكي بلطف كمّية قليلة من اللبن على وجه نظيف باستخدام أطراف أصابعك. فهذا يساعد على إزالة أية أوساخ أو بقايا ماكياج. واتركي اللبن على وجهك لبضع دقائق، ثم اغسليه بالماء الدافئ.