

5 حيل منزلية للتخلص من تشققات البشرة

تحدث الكثير من التغيرات لجسم المرأة أثناء الحمل وفي فترة النمو السريع والتقدم في السن، فهي تكتسب وتخسر الوزن بشكل سريع مما يسبب التشققات في العديد من أنحاء الجسم، والتي لم يعرف لها حلاً جذرياً حتى الآن، ولكن يوجد بعض الخلطات والوصفات التي تساعد على التخلص من التشققات في الجسم مهما كان سببها وسنذكر لكن بعضها:

1- خلطة الزيت والعسل لعلاج تشقق جفاف البشرة:

المكونات:

ملعقة صغيرة عسل + ملعقة زيت نباتي + ملعقة عصير ليمون

الطريقة:

تخلط المكونات السابقة معاً، ويدلك بالخليط منطقة الكوعين والكعبين والبطن وأي منطقة جافة بالجسم، على أن يترك مدة 10 دقائق ثم ينظف ويزال بالماء الدافئ.

2- اللبن لتخفيف علامات تمدد الجلد أثناء فترة الحمل

المكونات:

منشفة (فوطه) ناعمة + مقدار من اللبن الدافئ.

الطريقة:

تغمس المنشفة في اللبن الدافئ وتوضع على البطن، لتخفيف علامات التمدد المصاحبة لفترة الحمل، مع تكرار تلك العملية طوال مرحلة تمدد الجلد، مع مراعاة ألا تزيد مدة وضع المنشفة على البطن أكثر من 10 دقائق.

3- خلطة الزيوت العطرية لتقليل تشققات البشرة

المكونات:

6 ملاعق زيت لب المشمش أو زيت لوز + قطرتين صغيرتين من زيت البرتقال

وزيت اللافندر+ ملعقة من عصير الليمون

الطريقة:

تمزج المكونات السابقة وتوضع في ماء الإستحمام، مع الأخذ في الاعتبار ألا تزيد درجة حرارة ماء الإستحمام عن 37-39 درجة مئوية ولمدة لا تزيد عن 10 دقائق.

4- وصفة اللافندر للتخلص من التشققات وآلام القدمين

المكونات:

5 قطرات زيت لافندر+ طبق بلاستيك صغير ماء دافئ.

الطريقة:

تغمس القدمين في الماء لمدة 10 دقائق، حيث يساعد حمام اللافندر على تنشيط الدورة الدموية بالجسم.

5- الماء المثلج للتخلص من التشققات والتقلصات في القدمين

المكونات:

1 عبوة مياه كبيرة.

الطريقة:

توضع زجاجة الماء بالفریزر حتى تتجمد، ثم يتم إخراجها وتوضع على الأرض في وضع أفقي ويتم تحريك القدمين فوقها، حيث تساعد تلك الطريقة في التخلص من تشققات القدمين.