

7 أقنعة مذهلة للتخلص من الهالات السوداء والعيون المتعبة

في عصرنا الحالي ، يبدو أن التكنولوجيا قد تغلبت على الإنسان. كل مهمة نقوم بها تتضمن التكنولوجيا. في عملية جعل حياتنا أبسط وأقل تعقيدًا ، جعلنا أنفسنا عرضة للعديد من المشكلات الصحية دون أن ندرك ذلك. واحدة منهم هي تلف العيون. ويساهم التعرض المستمر لشاشات الكمبيوتر والهواتف المحمولة والتلفزيون في عدم وضوح الرؤية وإرهاق العين ومشاكل أخرى متنوعة. وتشمل الأسباب الأخرى للضرر العين الافراط في شرب الخمر و التدخين. ما لا يعرفه الكثيرون هو أن الكحول يضعف عضلات العين ويمكن أن يسبب عدم وضوح دائم. من ناحية أخرى ، يمكن أن يؤدي التدخين إلى متلازمة العين الجافة وإعتام عدسة العين.

بعض متاعب العين المتعلقة بالجمال تشمل الهالات السوداء والانتفاخ والتورم حول العينين والتي عادة ما تُرى حتى في الطلاب. من الصعب التخلص من الهالات السوداء ، كما أنها تميل إلى جعل مظهرها متعبًا ومجهدًا وقديمًا. يمكن أن يكون بسبب التعرض للشمس ، والإجهاد ، والشيخوخة ، وقلة النوم ، والحساسية وحتى الوراثة. يمكن أن تؤدي الهالات السوداء وتحت أكياس العين الى تعرقل الثقة بالنفس. لذلك عليك ان تستريح وترعى عينيك ، من المهم أيضًا ممارسة الرياضة بانتظام لأنه يساعد على زيادة تدفق الأوكسجين إلى الأعصاب البصرية ويقلل من الضغط على العينين.

فيما يلي العديد من العلاجات المنزلية الطبيعية التي يمكن أن تساعد في جلب عينيك بعض الراحة.

1. قناع جوز الهند

يعتبر زيت جوز الهند ، باعتباره مضادًا قويًا طبيعيًا ولطيفًا ومضادًا للالتهاب ، طريقة فعالة لإضاءة البقع الداكنة تحت العين. كما أنه يرطب بينما يخفف للمساعدة في منع التجاعيد والخطوط الدقيقة تحت العينين. استخدم زيت جوز الهند مثل زيت فيتامين E: فركه في منطقة العين تحت العين ، واتركه ليلاً ثم شطفه في الصباح.

1. قناع العيون من اللوز

زيت اللوز مرطب للجلد. يساعد على تلاشي الهالات السوداء وتقليل ظهور التجاعيد. مزيج من زيت اللوز والعسل كل ليلة يمكن أن يمنع الهالات السوداء وحقائب العين.

2. مياه الزهر للعينين

هذا القناع يعمل مع العيون المتعبة. وسادة قطنية منقوعة في ماء وردي نقي توضع على العين لمدة 15 دقيقة تثير تأثيرًا مهدئًا وتريح العينين. قد يقلل أيضًا من انتفاخ العين.

3. قناع الحليب وصودا الخبز للعينين

يمكن أن يكون الحليب نعمة للعيون المنهكة. لتحضيره ، اخلطي 4 ملاعق طعام من الحليب الطازج الكامل و 2 ملعقة طعام من صودا الخبز . مزيج جيد لتحقيق مزيج السلس من الاتساق كريم. ضعه في الثلاجة و ضع القناع المبرد حول عينيك. دعها تبقى لمدة 20-25 دقيقة وتغسلها بالماء البارد. ستشعر عينيك بإحياء وصحة جيدة في أي وقت من الأوقات.

4. أكياس الشاي كأقنعة العين

إذا لم يكن لديك ضغط بارد أو قناع لاستخدامه ، قم باستبداله بأكياس الشاي. العديد من أنواع الشاي مثل الشاي الأخضر لها فائدة إضافية تتمثل في مضادات الأكسدة ، التي لها خواص مضادة للالتهابات تساعد على تهدئة الشعيرات الدموية المتوترة في منطقة تحت العين. لاستخدام أكياس الشاي الباردة كضغط ، نقع كيس الشاي في الماء النظيف ثم نضعها في الثلاجة لمدة 30 دقيقة. ثم ضع أكياس الشاي على عينيك. اتركه لمدة 10 دقائق أو نحو ذلك مرتين يوميًا قبل إزالة وشطف المنطقة بالماء الدافئ. قناع العين من الخيار هو قناع العين الأكثر استخدامًا. يشتهر الخيار بتأثيره المهدئ والاسترخائي. التطبيق المتكرر لهذا القناع سيجعل عينيك تبدو مفعولين بالطاقة. صر الخيار وأتركه يبرد في الثلاجة لمدة نصف ساعة ، ثم ينشره بالتساوي حول عينيك. بعد 30 دقيقة ، اغسلها بالماء البارد.

5. قناع الأناناس

الأناناس علاج فعال لأكياس العين والتهالات السوداء يمكن إعداد باستخدام المكونات الطبيعية للعناية بالبشرة مثل مسحوق الكركم و عصير الأناناس . خلط هذه المكونات وتطبيق القناع لمدة 30 دقيقة تحت عينيك كل يوم لمدة أسبوعين. إنه قناع بسيط ولكن مع معظم النتائج المفيدة.

