أقنعة من الطبيعة للإعتناء بالبشرة

1- قناع الكمثرى للبشرة الجافة:

الكمثرى من الفواكه الغنية بالفيتامينات المغذية للجسم بالإضافة لمفعولها المرطب والمنعش للبشرة الجافة خاصة.

المكونات:

ربع ثمرة كمثرى+ بياض بيضة+ نصف ملعقه عسل.

الاستعمال:

تدعك الكمثرى جيداً ثم تضاف لخليط العسل والبيض وتمزج جيداً ثم تدهن على الوجه مع مراعاة تفادي المنطقة المحيطة بالعين يترك القناع لمدة (15) دقيقة ثم يشطف بالماء الفاتر.

2- قناع الشعير للبشره المجهدة:

المكونات:

2 ملعقة شعير مطحون

2 ملعقة من مفروم ورق النعناع الطازج

2 ملعقة عسل

ملعقتي حليب.

الاستعمال:

يقلب الشعير والعسل مع النعناع باستخدام الشوكة ثم يضاف الحليب ويوضع القناع على البشرة لمدة ثلاثين دقيقة ثم يشطف الوجه بالماء البارد.

3- قناع الزبادي والطين لعلاج حب الشباب:

يدخل الزبادي في تحضير العديد من مستحضرات العناية بالبشرة وخاصة الأقنعة لمفعوله المرطب والمغذي ويستعمل هذا القناع للتنظيف العميق للبشرة الدهنية فيساعد على إزالة دهون البشرة وتخليصها من الرؤوس السوداء وحب الشباب ويستخدم مرة واحدة أسبوعياً حتى لا تتعرض البشرة للجفاف.

المكونات:

12 ملعقة زبادي.

2 ملعقة طين.

2 ملعقة ماء بطاطس.

الاستعمال:

يوجد الطين الخاص للبشرة في الصيدليات أما للحصول على ماء البطاطس فهو الماء الذي تسلق فيه البطاطس تخلط جميعاً وتوضع على البشرة لمدة عشرين دقيقة ثم يشطف الوجه بالماء الفاتر ويوضع كريم مرطب للبشرة.

4- قناع الطماطم للبشرة الدهنية:

تعتبر الطماطم من أفضل ما يعتمد عليه لتضييق مسام الوجه لمفعولها القابض للبشرة.

المكونات:

ثمره طماطم

قشر نصف ليمونة

بعض القطرات من عصير الليمون.

الاستعمال:

تهرس ثمرة الطماطم ويضاف بشر قشر الليمون وعصيره ويوضع القناع على البشرة لمدة ربع ساعة ثم يشطف بالماء الفاتر.

5- قناع الموز لمقاومة التجاعيد:

الموز من الفواكه الغنية بالفيتامينات مما يجعله من أفضل الأغذية لصحة البشرة والشعر ويستخدم عصيره كمرطب لليدين به النعومة والحيوية. المكونات:

ثمره موز

ثلاث ملاعق حليب.

الاستعمال:

تهرس ثمرة الموز وتخلط مع الحليب ثم توزع على البشرة مع التركيز على أماكن التجاعيد ويترك لمدة 15 دقيقة ثم يشطف بالماء الفاتر.

6- قناع النشا لعلاج المسام الواسعة:

يستخدم النشا لعلاج حبوب الوجه والمسام الواسعة وحروق الشمس بالإضافة لكونه منظفاً جيداً للبشرة. المكونات:

ملعقة كبيرة نشا

قليل من الماء الدافئ

قليل من زيت الزيتون.

الاستعمال:

تدهن البشرة أولاً بزيت الزيتون ثم يخلط النشا بالماء ثم يوضع على البشرة لمدة 20 دقيقة ثم يشطف بالماء الدافئ.

7- قناع الخيار لعلاج شحوب البشرة:

يتميز الخيار بفوائده الصحية والجمالية العديدة أهمها أثره الواضح كقابض للمسام بالإضافة لمفعوله في تبييض البشرة والتخلص من الهالات السوداء تحت العينين ومن البقع والشوائب التي تصيب البشرة. المكونات:

نصف فنجان خيار مبشور

بياض بيضة

2 ملعقة حليب بودرة

الاستعمال:

تخلط المكونات جيداً لعمل عجينة رقيقة وتترك على الوجه لمدة 20 دقيقة ثم يشطف الوجه بالماء الفاتر ثم البارد.

8- قناع البرتقال المدهش للبشرة:

يتميز هذا القناع بمفعول منعش للبشرة ويمكن استعماله لعدة مرات في الأسبوع وهو مناسب لكل أنواع البشرة. المكونات:

عصير نصف برتقالة

ثلاث ملاعق عسل الاستعمال:

يسخن العسل مع عصير البرتقال على نار هادئة حتى يذوب ويترك ليبرد قليلاً ثم يوضع على الوجه لمدة عشرين دقيقة.

ثم يمسح بواسطة قطنة مبللة بالماء الفاتر.

المصدر: عالم المرأة