

8 فوائد لجمالك من جوز الهند



«يعتقد البعض أنّ ثمرة جوز الهند يقتصر دورها على عمل الحلوى وإعطاء الأطعمة نكهة لذيذة؛ لكن ما لا تعرفينه أنّها تحتوي على العديد من الفوائد الجمالية للشعر والبشرة.

وسوف نذكر لك منها فيما يلي ثماني فوائد رائعة:

1- مزيل للماكياج:

يمكن استخدام زيت جوز الهند كمزيل طبيعي للماكياج الوجه والعين بدلاً من المزيلات الصناعية. للاستخدام، يُوضع مقدار من الزيت في اليد وتتم تدفئته بالتدليك بين راحة اليدين، ثمّ يدهن به الوجه مع التركيز على الأجزاء التي توجد بها آثار للماكياج. مع الوضع في الاعتبار عدم وصول الزيوت لداخل العين، ثمّ يُمسح الوجه بمنشفة للوجه ويُغسل بالماء الدافئ. ستلاحظين بنفسك كيف زالت آثار الماكياج تماماً.

2- مرطب للبشرة:

من أشهر استخدامات زيت جوز الهند أيضاً أنّّه يعمل كمُرطب طبيعي للبشرة ويعمل في علاج الجفاف الذي يصيبها نتيجة البرودة أو نقص الترطيب بالجسم. ويتميز زيت جوز الهند بأنّه خفيف وسريع الامتصاص

بجانب رائحته الذكية. وأفضل طريقة لترطيب الجسم بالزيت في الشتاء هي دهن البشرة به بعد الاستحمام مباشرة.

3- تفتيح البشرة الداكنة:

إلى جانب كونه مرطباً طبيعياً للبشرة، يحتوي جوز الهند على خصائص طبيعية تساعد في تفتيح المناطق الداكنة من الجسم مثل الكوع والركبة وأسفل الإبط. ولذلك يمكنك استخدامه في عمل وصفة منزلية طبيعية تستخدمها من حين لآخر. امزجي ملعقة من عصير الليمون مع نصف ملعقة من زيت جوز الهند، ثم ضعي المزيج على بشرتك الداكنة مع التدليك اللطيف، ثم اتركيه على بشرتك لمدة 15 دقيقة. بعد انتهاء الوقت، اغسلي بشرتك جيداً.

4- علاج فروة الرأس:

فوائد جوز الهند لا تقتصر على مجرد العناية بالبشرة فقط، فإذا كنت تعاني من فروة الرأس الجافة أو المصابة بالحكة أو ترغبين في التخلص من آثار مستحضرات الشعر المترسبة عليها وعلى خصلات الشعر، فإنّ جوز الهند هو الحل المثالي لك. بعد غسل الشعر بالشامبو، دلكي فروة الرأس بشكل لطيف بزيت جوز الهند واتركيه عليها لمدة لا تتراوح بين 15 - 20 دقيقة، ثم اغسلي شعرك. بهذه الطريقة ستصبح فروة رأسك أكثر قدرة على التنفس.

5- حمام كريم للشعر:

يمكن استخدام زيت جوز الهند كذلك لحمام كريم عميق للشعر، حيث إنّّه يساعد على تغذية فروة الرأس بالعناصر المرطبة وإكساب خصلاته نعومة ولمعان طبيعيين. للاستخدام: امزجي القليل من زيت جوز الهند مع مقدار مماثل من زيت الزيتون ودلكي شعرك بالمزيج بأصابع اليد لدقائق، واتركي هذه الزيوت على شعرك لفترة كافية تتراوح بين نصف ساعة إلى ساعة كاملة، ثم اغسلي شعرك. ولنتيجة أفضل، قومي بتدفئة الزيت قليلاً في الميكروويف قبل استخدامه على الشعر.

6- كريم حلاقة:

إذا كنت ممن يستخدمون الموس في إزالة الشعر بالجسم، فيمكنك استخدام زيت جوز الهند كبلم حلاقة يمنع الالتهابات ويحافظ على نعومة بشرتك بعد نزع الشعر.

7- معالج طبيعي للبثور:

من الفوائد الجمالية الأخرى لجوز الهند أنّه يساعد في علاج وتهدئة البثور التي تظهر على البشرة. فزيت جوز الهند يحتوي على عناصر طبيعية تقتل البكتيريا المسببة للبثور بدون التسبب في التهاب البشرة. يمكنك ببساطة وضع القليل من الزيت مباشرة على المناطق المصابة بالبثور أو إضافة الزيت للأطعمة أو المشروبات التي تتناولونها ليساعد على قتل البكتيريا والجراثيم الموجودة داخل الجسم ومن ثمّ منع ظهور البثور من الداخل.

8- تنعيم الجلد المتصلب:

في بعض الأحيان يصبح الجلد الموجود بالقدم أو المحيط بالأظافر متصلباً وسميكاً للغاية نتيجة تراكم الخلايا الميتة وإهمال الترطيب اليومي. ولعلاج هذه المشكلات يمكنك الاعتماد على زيت جوز الهند في ترطيب وتنعيم البشرة المتصلبة قبل إزالة الجلد الميت خلال عملية الباديكير. ولتحافظي على أقدامك ناعمة دائماً، قومي كل ليلة قبل النوم بدهنها بالزيت، ثم ارتدي جورباً قطنياً. ستندهشين في الصباح كيف أصبحت بشرة قدميك ناعمة وحريرية. ►