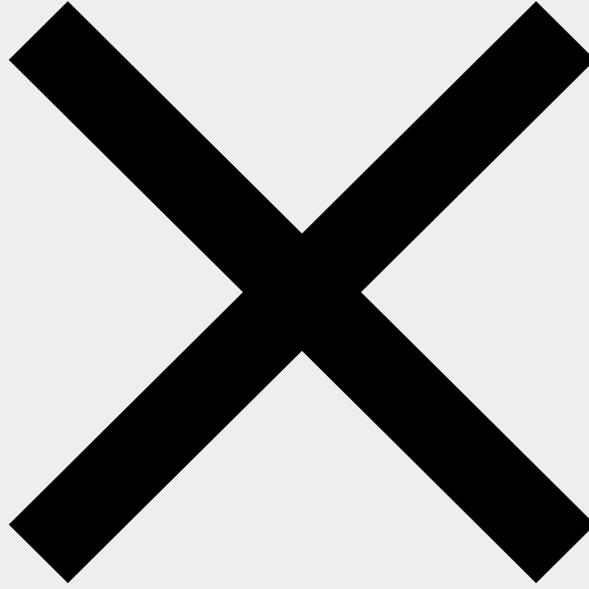


ترطيب البشرة الجافة جدا

Posted on 2018 , أكتوبر 17



Category: [الجمال والعناية](#)

: بواسطة

ترطيب البشرة لدى المرأة يصبح ضروريا خاصة مع تعرض البشرة إلى الجفاف في الشتاء، ويختلف التأثير بهذا الجفاف على حسب نوع البشرة، ممكن يؤدي إلى ظهور التجاعيد وبهتان لون البشرة. لذا نقدم بعض الطرق لترطيب البشرة في الشتاء والتي

تناسب أنواع البشرة المختلفة

مقشر السكر البني للجسم

تقشير البشرة بانتظام خلال فصل الشتاء، هو جزء أساسي هام من روتينك للعناية بالبشرة، لكنه غالباً ما يهمل؛ فتزايد جفاف البشرة خلال الشتاء، قد يؤدي لاستعمال الكريم المرطب باستمرار، لكن حتى مع ترطيب البشرة، قد تتراكم طبقات الجلد الميت والجاف؛ لذلك؛ فحتاج البشرة إلى استخدام المقشر للتخلص من طبقات الجلد الميت، وتحفيز نمو خلايا جديدة مشرقة ونضرة

حضري خليطاً بسيطاً لتقشير بشرتك، من السكر البني مع زيت الزيتون، اخلطي ملعقة كبيرة من السكر البني الخشن مع ملعقة صغيرة من زيت الزيتون للحصول على خليط حُببي، قومي بتدفئة الخليط قليلاً بين راحة يدك قبل استخدامه على البشرة، مع التدليك في حركات دائرية، ثم اشطفيه بعد 5 دقائق بالماء الدافئ، وهو المقشر الأمثل للأماكن الجافة من بشرة الوجه والجسم أيضاً، بعد تقشير البشرة، استخدم ماسك الأفوكادو مع العسل لترطيب البشرة؛ فيساعد ذلك على تهدئة البشرة الجافة وترطيبها بفعالية.

جوز الهند

استخدمي كمية بسيطة من زيت جوز الهند النقي كمرطب طبيعي لبشرتك خلال فصل الشتاء؛ كي تحسلي على بشرة ناعمة وجميلة، ضعي بضع قطرات من زيت جوز الهند بين راحة يدك وقومي بتدليك جسمك بعد ذلك

ماسك العسل مع الأفوكادو

وهي الخلطة المثالية للبشرة الجافة والناضجة؛ حيث يساعد على ترطيب البشرة خلال درجات الحرارة الباردة وظروف الطقس القاسية. اخلطي ثمرة أفوكادو مهروسة مع نصف كوب من العسل، وهي كمية كافية لترطيب الوجه، الرقبة والصدر، تخلط المكونات معاً بشكل جيد حتى نحصل على خليط كريمي ناعم، يستخدم الخليط على البشرة بعد تنظيفها جيداً وتجفيفها، ويترك لمدة 10 دقائق، ثم يشطف بعد ذلك بالماء العادي

الزيوت الطبيعية

قطرات زيت الزيتون للعينين

حافظي على ترطيب المنطقة المحيطة بالعينين من خلال استخدام بضع قطرات من زيت الزيتون على المناطق المعرضة للتجاعيد والترهلات؛ فيعمل ذلك على تخفيف الإجهاد وعلامات الشيخوخة حول عينيك

زيت السمسم

والكالسيوم والماغنيسيوم والفوسفور، E يحتوي زيت السمسم على الأحماض الدهنية ومجموعة من الفيتامينات، مثل: فيتامين وهو مصدر جيد للبروتين النباتي الذي يعمل على تغذية البشرة وحمايتها من الجفاف، كما يمكن استخدامه وأقياً طبيعياً للشمس، ويعد زيت السمسم من أفضل الزيوت التي تستخدم في التدليك في جميع أنحاء العالم؛ حيث يعمل على استرخاء عضلات الجسم، ويمنح البشرة ملمساً ناعماً ورطباً

زيت الورد

يحتوي على مضادات أكسدة طبيعية، والتي تعمل على حماية الجلد من التجاعيد، يتميز زيت الورد برائحته المميزة، وقدرته الفائقة على ترطيب البشرة شديدة الجفاف

زيت اللوز الحلو

وهو من الزيوت المناسبة جداً لترطيب البشرة شديدة الجفاف في وقت قصير، وذلك لاحتوائه على حمض الأوليك الذي يعمل على تغذية البشرة وترطيبها، مع مراعاة عدم استخدامه إذا كان لديك حساسية من المكسرات

وأيضاً زيت الهند

الذي تمتصه البشرة بسهولة ويناسب كل أنواع البشرة ولا يسبب حساسية أو احمرار وتتقبله البشرة الحساسة كمان أنه يقلل من ظهور التجاعيد