

زيت جوز الهند بين الفوائد والأضرار!

نوفمبر 6, 2017



Category: [العلاج الطبيعي](#)

بواسطة: المحيط

يتميز زيت جوز الهند بفوائده الصحية والجمالية المتعددة، منها العناية بالبشرة والشعر، إضافة إلى سعره المعقول ورائحته الزكية، لذا تستخدمه فتيات كثيرات لحل المشكلات التي تعاني منها بشرتهن، إلا أن الإفراط في استخدامه، أو وضعه بطريقة غير صحيحة، قد يؤدي إلى الإضرار بالبشرة بدلاً من تغذيتها وترطيبها

اليوم، سنعرّفك على طريقة استخدام زيت جوز الهند، ومتى عليك تجنّب استعماله؟

أولاً: متى يمكنك استخدام زيت جوز الهند؟

للبشرة الجافة: إن كنت تمتلكين بشرة جافة، فأنت في حاجة إلى ترطيبها بشكل عميق، لذا قومي بوضع زيت جوز الهند على - جسمك بعد الاستحمام، وعلى وجهك أيضاً

- **لنضارة البشرة:** يقوم بعض صالونات التجميل بعمل خليط من الزيوت الطبيعية، يكون زيت جوز الهند أحد أهم مكوناته، وذلك -
للعناية بالبشرة وزيادة نضارتها وترطيبها
- **للعناية بالمرفقين والركبتين:** لأنها من أكثر مناطق الجسم المعرضة للجفاف، لذا عليك الاهتمام بترطيبها بزيت جوز الهند -
لحفاظ على نضارتها، خاصة خلال فصل الشتاء

ثانياً: متى عليك تجنب استعمال زيت جوز الهند؟

- **للشرة الدهنية:** إذا كانت بشرتك دهنية، فإن زيت جوز الهند يعتبر من الزيوت الثقيلة عليها، لذا لا تقومي باستخدامه لتجنب -
ظهور البثور والحبوب، واستعملي عوضاً عنه زيت الجوجوبا، أو زيت بذور العنب، فهما الأنسب لك
- **لإزالة المكياج:** زيت جوز الهند مطهر جيد للبشرة، كما يعمل على تنظيفها بالكامل من المكياج المتراكم عليها، لكن بعد -
استخدامه قد يصعب عليك التخلص منه بالماء، وما إن تضعي المكياج مرة أخرى حتى تتغلغل المستحضرات داخل بشرتك،
وتتراكم في المسامات، ما يؤدي إلى ظهور البثور في ما بعد