



ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತಲೆ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಕೂದಲ ಉದುರುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆದು, ಬುಡವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಿ, ಕೂದಲನ್ನು ಕಪ್ಪಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ತೈಲಯುಕ್ತ ಕೂದಲಿಗೆ ಇದು ಸೂಕ್ತ. ಐದು ಕಪ್ ನೀರಿಗೆ ಒಂದು ಟೇಬಲ್ ಚಮಚ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ, ಒಣಗಿಸಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ, ತಣಿಸಿ, ಸೋಸಿ ಇಡಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಆಪಲ್ ರಸ, ವಿನೇಗರ್ ಬೆರೆಸಿ ರಿನ್ಸ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ರಿನ್ಸ್ ಎಣ್ಣೆ ಕೂದಲಿನ ಹೊಟ್ಟಿನ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೂದಲ ಸಂರಕ್ಷಣೆಗೆ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ಎಣ್ಣೆ

* ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ಬಾದಾಮಿ ಎಣ್ಣೆಗೆ 10-12 ಹನಿ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ಎಣ್ಣೆ ಬೆರೆಸಿ ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿ ಕೂದಲಿಗೆ ಹಚ್ಚಿ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಬಿಟ್ಟು ತಲೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ. ಹುಲ್ಲಿನಂತೆ ಇರುವ ಕೂದಲನ್ನು ನಯವಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

* ಶುಷ್ಕ ಕೂದಲಿಗೆ ಆಲಿವ್ ತೈಲ ಹಾಗೂ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ತೈಲದ ಮಿಶ್ರಣ ಉತ್ತಮ. ಎರಡು ದೊಡ್ಡ ಚಮಚ ಆಲಿವ್ ತೈಲಕ್ಕೆ 10-12 ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ತೈಲ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಲೀಶು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಎರಡು ಗಂಟೆಯ ನಂತರ ತಲೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ. ಇದು ಕೂದಲಿನ ಆಲದವರೆಗೂ ಹೋಗಿ ಕಂಡೀಷನ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

* ಎರಡು ಚಮಚ ಹರಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ಎಣ್ಣೆ ಬೆರೆಸಿ ಕೂದಲಿಗೆ ಹಚ್ಚಿ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ಬಳಿಕ ತಲೆ ತೊಳೆದರೆ ಕೂದಲು ಉದುರುವುದಿಲ್ಲ.

* ಎರಡು-ಮೂರು ಚಮಚ ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಹತ್ತು ಹನಿ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ತೈಲ ಮತ್ತು ಆರು-ಎಂಟು ಹನಿ ಟ್ರೀ ತೈಲ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಹೊಟ್ಟಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ಮುಖದ ಲೇಪ

* ಮೂರು-ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ತಾಜಾ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ಎಲೆಗಳ ಜೊತೆ ಐದಾರು ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ಹಸಿ ಹಾಲನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಅರೆದು ಮುಖ ಹಾಗೂ ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಹಚ್ಚಿ ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ತೊಳೆದರೆ ತ್ವಚೆ ಮೃದುವಾಗುತ್ತದೆ.

* ಎರಡು ಕಪ್ ನೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ಹೂವನ್ನು ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ, ಶೋಧಿಸಿ ಒಂದು ಬಾಟಲಿಗೆ ಹಾಕಿ ಫ್ರಿಜ್‌ನಲ್ಲಿಟ್ಟು ಪ್ರತಿದಿನ ಮುಖಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿದರೆ ಪಿಗ್ಮೆಂಟೇಶನ್ ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ನೀರು ಟ್ಯಾನ್ ಆದ ತ್ವಚೆಗೂ ಸಹ ಯೋಗ್ಯ ಪರಿಹಾರ.

* ಒಂದು ಟೇಬಲ್ ಚಮಚ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ, ಒಂದು ಚಮಚ ರವೆ ಹಾಗೂ ಮೂರು-ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ಬೇಯಿಸಿ ಅರೆದ ಕುಂಬಳಕಾಯಿಯ ಮಿಶ್ರಣದಿಂದ ಮುಖವನ್ನು ಮಾಲೀಶು ಮಾಡಿ ಒಣಗಲು ಬಿಡಿ. ನಂತರ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಇದು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕ್ಲೆನ್ಸರ್‌ನಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

* ಚರ್ಮ ತನ್ನ ಹೊಳಪನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಎರಡು ದೊಡ್ಡ ಚಮಚ ಬೇಯಿಸಿ ಮ್ಯಾಶ್ ಮಾಡಿದ ಕ್ಯಾರೆಟ್ ಜೊತೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಚಮಚ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ಪುಡಿ ಬೆರೆಸಿ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ತೊಳೆಯಬೇಕು.

* ಎರಡು-ಮೂರು ಚಮಚ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ಮತ್ತು ಮೂರು ಟೇಬಲ್ ಚಮಚ ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲನ್ನು ಮಿಶ್ರಿಸಿ ಲೇಪಿಸಿ ಒಣಗಿದ ನಂತರ ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದರೆ ಚರ್ಮ ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಮುಖದ ನೆರಿಗೆಗಳು ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತವೆ.

* ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ನೀರಿನಿಂದ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಮಾಲೀಶು ಮಾಡಿದರೆ ಸನ್‌ಬರ್ನ್ ಗುಣವಾಗುವುದು.

* ಒಣ ತ್ವಚೆ ಇದ್ದವರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಳೆದ ಬಾಳೆಹಣ್ಣಿಗೆ ಕೆಲವು ಹನಿ ರೋಸ್‌ಮೆರಿ ತೈಲ ಸೇರಿಸಿ ಪ್ಯಾಕ್ ಹಾಕಿ 15-20 ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆಯಬೇಕು. ಮುಖ ಸ್ವಿಗ್ಗವಾಗುತ್ತದೆ.

* ರೋಸ್‌ಮೆರಿಯನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಅದು ಸೂಕ್ತವಾದದ್ದು ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಅದರಿಂದ ಅಲರ್ಜಿ ಆಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಬಳಸುವ ಮುನ್ನ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಬೇಕು.