



ಕೋಮಲ ತುಟಿಗಳಿಗೆ ಲಿಪ್ ಮಾಸ್ಕ್

ಕೋಮಲತೆಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ಹೆಸರು ತುಟಿಗಳು. ಇದರ ಅಂದ, ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿ ಸೌಂದರ್ಯಪಾಲನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ರೂಪವತಿ ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಡ್ಡಿಯಿಲ್ಲ.

ತುಟಿಗಳು ಒಣಗುವುದು, ಒಡೆಯುವುದು, ಒರಟಾಗುವುದು, ರಕ್ತ ಬರುವುದು ಇದೆಲ್ಲ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲರನ್ನು ಕಾಡುವ ಸಮಸ್ಯೆ. ಮುಖದ ಅಂದ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಫೇಸ್ ಮಾಸ್ಕ್ ಹಾಗೂ ಸ್ಕಬ್ ಬಳಸಿದಂತೆ ತುಟಿಗಳಿಗೂ ಲಿಪ್ ಮಾಸ್ಕ್ ಹಾಗೂ ಲಿಪ್ ಸ್ಕಬ್ ಬಳಸಿ ತುಟಿಗಳ ಆರೋಗ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು. ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ರಾಸಾಯನಿಕ ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧಕಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಬದಲು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ತುಟಿಗಳಿಗೆ ಮಾಸ್ಕ್ ಹಾಗೂ ಸ್ಕಬ್ ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ಲಿಪ್ ಮಾಸ್ಕ್ ಅನ್ನು ನಿತ್ಯ ಬಳಸಿದರೆ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಕಾಣಬಹುದು.

ತುಟಿಗಳಿಗೆ ಮಾಸ್ಕ್

ಜೇನುತುಪ್ಪ: ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪವನ್ನು ಬೆಚ್ಚೆಗೆ ಮಾಡಿ ತುಟಿಗಳಿಗೆ ಮೃದುವಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿ 15 ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆದರೆ ತುಟಿಯು ಒರಟುತನ ಹೋಗುವುದು.

ಆಲಿವ್ ತೈಲ : ಒಂದು ಚಮಚ ಆಲಿವ್ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಗೂ ಒಂದು ಚಮಚ ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬೆಚ್ಚೆಗೆ ಮಾಡಿ ತುಟಿಗೆ ಲೇಪಿಸಿ.

ತುಪ್ಪ ಅಥವಾ : ಒಂದು ಚಮಚ ತುಪ್ಪ ಅಥವಾ ಬೆಣ್ಣೆಯ ಮಾಸ್ಕ್ ಹಚ್ಚಿದರೆ ತುಟಿ ಒಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ನಿತ್ಯ ಬಳಸಿ.

ಹಸಿ ಹಾಲು : ಒಂದು ಚಮಚ ಹಸಿ ಹಾಲಿನ ಜೊತೆ ಎರಡು ಹಸಿ ರೋಸ್ ತೈಲ ಬೆರೆಸಿ ರಾತ್ರಿ ಲೇಪಿಸಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ತೊಳೆದರೆ ತುಟಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ತೇವಾಂಶ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಕೆನೆ : ಒಂದು ಚಮಚ ಕೆನೆಗೆ, ಎರಡು ಚಮಚ ನಿಂಬೆರಸ ಬೆರೆಸಿ ಹಚ್ಚಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಕೆನೆ ಮಾಯಿಶ್ಚರ್ಯನಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಿಂಬೆರಸ ತುಟಿಗೆ ಗುಲಾಬಿ ಬಣ್ಣ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ತೊಳೆದ ಮೇಲೆ ಪೆಟ್ರೋಲಿಯಂ ಜೆಲ್ಲಿ ಹಚ್ಚಿ.

ಬಾಳೆಹಣ್ಣು : ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಕಳಿತ ಬಾಳೆಹಣ್ಣಿನ ಜೊತೆ ಎರಡು ಚಮಚ ಕಿತ್ತಳೆ ರಸ ಬೆರೆಸಿ ಲಿಪ್ ಮಾಸ್ಕ್ ತಯಾರಿಸಿ

ಮುಖದ ಅಂದ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಫೇಸ್ ಮಾಸ್ಕ್ ಹಾಗೂ ಸ್ಕಬ್ ಬಳಸಿದಂತೆ ತುಟಿಗಳಿಗೂ ಲಿಪ್ ಮಾಸ್ಕ್ ಹಾಗೂ ಲಿಪ್ ಸ್ಕಬ್ ಬಳಸಿ ತುಟಿಗಳ ಅಂದ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.

■ ಶಾರದಾ ಪಿ.ಬಿ.

- ಓಂದು ನಿಮಿಷ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿ ಐದು ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆದರೆ ತುಟಿಗಳು ಮೃದುವಾಗುವುದು. ಆಲಿವ್ ತೈಲ ಕೂಡ ಬೆರೆಸಬಹುದು.
- ಟೋಮ್ಯಾಟೋ : ಎರಡು ಚಮಚ ಟೋಮ್ಯಾಟೋ ರಸ ಹಾಗೂ ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ನಿತ್ಯ ಲೇಪಿಸಿದರೆ ತುಟಿಗಳ ಅಂದ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.
- ಮಾವಿನಹಣ್ಣು : ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಮಾವಿನ ತಿರುಳಿಗೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಬಾದಾಮಿ ಎಣ್ಣೆ ಸೇರಿಸಿ ಲೇಪಿಸಿ ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆಯಿರಿ.
- ಪಪ್ಪಾಯಿ : ಒಂದು ಚಮಚ ಪಪ್ಪಾಯಿ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳಿಗೆ ಎರಡು ಹಸಿ ಲ್ಯಾವೆಂಡರ್ ತೈಲ ಹಾಕಿ ಬಳಸಿ.
- ತೆಂಗಿನ ನೀರು : ಎರಡು ಚಮಚ ತೆಂಗಿನ ನೀರನ್ನು ಹಚ್ಚಿದರೆ ತುಟಿಯ ಮೇಲಿನ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ತೊಳೆಯುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲ.
- ಹರಳೆಣ್ಣೆ : ಒಂದು ಚಮಚ ಹರಳೆಣ್ಣೆಗೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಗ್ಲಿಸರಿನ್ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ಮಾಸ್ಕ್ ಆಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿ.
- ಸ್ತ್ರಾಬೆರಿ : ಒಂದು ಸ್ತ್ರಾಬೆರಿ ತಿರುಳಿನ ಜೊತೆ ಒಂದು ಚಮಚ ತೆಂಗಿನ ಹಾಲು ಸೇರಿಸಿ ಬಳಸಿದರೆ ತುಟಿಯು ಬಣ್ಣ ಕೆಂಪಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸೌತೆಕಾಯಿ : ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದ ಸೌತೆಕಾಯಿಯನ್ನು ಅರೆದು ಪೇಸ್ಟ್ ಮಾಡಿ. ಒಂದು ಚಮಚ ಅರೆದ ಸೌತೆಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಮೊಸರು ಸೇರಿಸಿ ಹಚ್ಚಿ, 15 ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆಯಿರಿ.

ಲಿಪ್ ಸ್ಕಬ್

ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾ: ಒಂದು ಚಮಚ ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾ ಜೊತೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಮಜ್ಜೆಗೆ ಸೇರಿಸಿ ತುಟಿಗಳನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸ್ಕಬ್ ಮಾಡಿ. ಸ್ಕಬ್ ಆದ ಮೇಲೆ ಐದು ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಉಜ್ಜಿ ತೆಗೆಯಿರಿ. ನಂತರ ತೊಳೆಯಿರಿ.

ಉಪ್ಪು: ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಉಪ್ಪಿನೊಂದಿಗೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಆಲಿವ್ ತೈಲ ಹಾಗೂ ಎರಡು ಹಸಿ ರೋಸ್ ಎಣ್ಣೆ ಬೆರೆಸಿ ಸ್ಕಬ್ ಮಾಡಿ. ಇದರಿಂದ ತುಟಿಗಳ ಅಂದ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ಸಕ್ಕರೆ: ಒಂದು ಚಮಚ ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಗೂ ಒಂದು ಚಮಚ ಹಾಲು ಹಾಕಿ ಎರಡು ನಿಮಿಷ ಸ್ಕಬ್ ಮಾಡಿ ತೊಳೆಯಿರಿ.

ಕಾಫಿ ಪುಡಿ : ಒಂದು ಚಮಚ ಕಾಫಿ ಪುಡಿಗೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಕೆನೆ ಹಾಗೂ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ನಿಂಬೆರಸ ಸೇರಿಸಿ ಸ್ಕಬ್ ಮಾಡಿ. 15 ನಿಮಿಷ.

ಅಕ್ಕಿ : ಒಂದು ಚಮಚ ತರಿತರಿಯಾಗಿ ಅರೆದ ಅಕ್ಕಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿ.

ರವ : ಒಂದು ಚಮಚ ರವೆಯೊಂದಿಗೆ ಎರಡು ಚಮಚ ಪಪ್ಪಾಯಿ ಜಲ ಸೇರಿಸಿ ಸ್ಕಬ್ ಮಾಡಿದರೆ ತುಟಿ ಒಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಲು ಕೂಡ ಬೆರೆಸಬಹುದು.

ಜೀರಿಗೆ: ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಹಾಗೂ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆ ಕೂಡ ಉತ್ತಮ ಸ್ಕಬ್.

