



ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧನೆಗೆ ಸುಲಭೋಪಾಯ

ಸೌಂದರ್ಯಪ್ರಿಯ ಮಹಿಳೆಯರು ಮನೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ ಸಾಧನ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣಬಹುದು.

■ ಪವಿತ್ರ ಪಿ. ಮೈಸೂರು



ಸೌಂದರ್ಯಪ್ರಜ್ಞೆ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಎಂಬುದು ಸಾರ್ವಕಾಲಿಕ ಸತ್ಯ. ಚಿಕ್ಕ ಮಗುವಾಗಿರುವಾಗಲೇ ಹೆಣ್ಣು ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಅಲಂಕಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಬೆಳೆದು ದೊಡ್ಡವರಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಸೌಂದರ್ಯದ ಕಾಳಜಿಯೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು, ಬ್ಯೂಟಿ ಪಾರ್ಲರ್‌ಗಳು, ಪ್ರಚಾರ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಿಂದಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಸೌಂದರ್ಯ ಕಾಳಜಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಸೌಂದರ್ಯಪ್ರಿಯ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಕಾಳಜಿ ತೋರಿಸಲು ಸಮಯ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರಿಗೆ ಮನೆಕೆಲಸ, ಉದ್ಯೋಗದ ಕೆಲಸ, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಹಾಗೂ ಪತಿ, ಕುಟುಂಬದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದಾಗಿ ಸೌಂದರ್ಯದ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಲು ಸಮಯದ ಕೊರತೆ ಕಾಡುತ್ತದೆ.

ಆದರೂ ಕೆಲ ಮಹಿಳೆಯರು ಈ ಬ್ಯುಸಿ ಲೈಫ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಬ್ಯೂಟಿ ಪಾರ್ಲರ್‌ಗೆ ಮೊರೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಎಷ್ಟೋ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಬ್ಯೂಟಿ ಪಾರ್ಲರ್ ಕೈಗೆಟುಕದ ಆಗಸವಿದ್ದಂತೆ, ಆದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಜಾಣತನ ತೋರಿದರೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ನಿಮ್ಮ ಮುಖದ ಕಾಂತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

* ಮಹಿಳೆಯರು ಮನೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ ಸಾಧನ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಪಾತ್ರೆ ತೊಳೆಯುವಾಗಲೇ 5 ರಿಂದ 10 ನಿಮಿಷದಲ್ಲೇ ಫೇಸ್ ಪ್ಯಾಕ್ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಮುಲ್ತಾನಿ ಮಿಟ್ಟಿ, ಹಾಲು, ಜೇನುತುಪ್ಪ ಮತ್ತು ಸೇಬನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಪೇಸ್ಟ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ವಾರಕ್ಕೆ ಎರಡು ಬಾರಿ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಖಿಗ್ಲಿಂಟೇಶನ್ (ಕಪ್ಪು ಕಲೆಗಳು) ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಮುಖ ಬೆಳ್ಳಗಾಗುವುದು.

* ಖಿಗ್ಲಿಂಟೇಶನ್ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ 25 ವರ್ಷ ದಾಟಿದವರಿಗಲ್ಲಾ ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ. ಇದನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಇದ್ದಾಗಲೇ ಹೋಗಲಾಡಿಸಬೇಕು. ಒಂದು ಚಮಚ ಬಾದಾಮಿ ಎಣ್ಣೆ, ಒಂದು ಚಮಚ ವಿಟಮಿನ್ ಇ ಆಯಿಲ್, ಒಂದು ಚಮಚ