



ಸೌಂದರ್ಯಪ್ರಿಯರಿಗೆ ಯಾವತ್ತೂ ಬೇಸಿಗೆ,

ಬಿಸಿಲು, ಬೆವರು ಎಂದರೆ ಅಲರ್ಜಿಯೇ.

ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹೊರಗಡೆ

ಹೋಗುವುದೆಂದರೆ ಹಿಂಸೆಯೇ ಸರಿ. ಸನ್

ಸ್ಕ್ರೀನ್ ಲೋಷನ್ ಹಚ್ಚಿದರೂ, ಕೂಡೆ

ಹಿಡಿದುಕೊಂಡರೂ ಬಿಸಿಲಿನ ಬೇಗೆ ತಡೆಯುವುದು

ಕಷ್ಟ. ಇದರಿಂದ ಚರ್ಮ ಸುಡುವುದು, ಮೊಡವೆ ಹಾಗೂ

ನವೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ

ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಹಿತವಾದ ಮತ್ತು ಆರೈಕೆ ನೀಡುವಂತಹ

ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಬ್ಯಾಂಬೂ ಜೆಲ್

(ಬಿದಿರಿನ ಜೆಲ್) ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ.

ಇದರಲ್ಲಿನ ಸಿಲಿಕಾ ಚರ್ಮದ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಲು

ಅವಶ್ಯಕ. ಜೊತೆಗೆ ಕೊಲಾಜೆನ್ ಉತ್ಪಾದನೆಗೆ ಸಹಕಾರಿ.

ಪೊಟಾಶಿಯಂ ಮತ್ತು ಕ್ಯಾಲ್ಷಿಯಂನಂತಹ

ಖನಿಜಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಈ ಜೆಲ್ ಹಲವಾರು ರೀತಿಯ

ಚರ್ಮದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ದೂರವಿರಿಸುತ್ತದೆ.

* ಸನ್ ಬರ್ನ್ ಆದ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿದಿನ 2-3 ಬಾರಿ

ಬ್ಯಾಂಬೂ ಜೆಲ್ ಲೇಪಿಸಿದರೆ ಉರಿ ಬೇಗನೆ ಶಮನ

ಹೊಂದುವುದು. ತ್ವಚೆ ಕೆಂಪಾದಾಗ ಈ ಜೆಲ್‌ನ ಜೊತೆ ದಾಳಿಂಬೆ

ರಸ ಬೆರೆಸಿ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಬಿಸಿಲಿನಿಂದಾದ ಸುಟ್ಟ ಕಲೆಗಳನ್ನು

ನಿವಾರಿಸಬಹುದು. ಮುಖದ ಚರ್ಮವು ಸನ್ ಬರ್ನ್‌ನಿಂದ

ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗಿದ್ದರೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಚಮಚ ಜೆಲ್ ಹಾಗೂ

ಒಂದು ಚಮಚ ಹೆಸರು ಹಿಟ್ಟಿನ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಮುಖ ಹಾಗೂ

ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಹಚ್ಚಿ 15-20 ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ತೊಳೆಯಿರಿ.

* ಸೂರ್ಯನ ಪ್ರಕಾಶದಿಂದ ಮುಖ ಸೊರಗಿದಾಗ ಒಂದು

ಚಮಚ ಜೆಲ್ ಮತ್ತು ಒಂದು ಚಮಚ ಕಿತ್ತಳೆ ರಸವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ

ಲೇಪಿಸಿಕೊಂಡು 15 ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ

ತೊಳೆಯಬೇಕು.

* ಪ್ರತಿ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮುನ್ನ ಜೆಲ್ ಹಾಗೂ ಗುಲಾಬಿ

ಜಲದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇದು

ತ್ವಚೆಯನ್ನು ತಂಪಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ತ್ವಚೆಯವರು ಕೂಡ ಈ

ಜೆಲ್ ಅನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

* ಬೇಸಿಗೆಗೆ ಬ್ಯಾಂಬೂ ಜೆಲ್ ಮತ್ತು ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟಿನ ಪೇಸ್ಟ್

ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಫೇಸ್ ವಾಶ್. ಸಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಎರಡನ್ನು

ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ಮುಖವನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ತಿಕ್ಕಿ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ

ತೊಳೆದರೆ ಚರ್ಮದ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಕಾಪಾಡಬಹುದು.

* ತಾಪಮಾನ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ಮೊಡವೆಗಳು ಬರುವುದು

ಸಹಜ. ಆಗ ಬಾಧಿತ ಜಾಗಗಳಿಗೆ ಈ ಜೆಲ್ ಅನ್ನು ಹಚ್ಚಿ ಅರ್ಧ

ಗಂಟಿಯ ಬಳಿಕ ತೊಳೆಯಬೇಕು. ಒಂದು ಚಮಚ ಜೆಲ್, ಅರ್ಧ

ಚಮಚ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ ಕರಿಬೇವು ಮತ್ತು ಒಂದು ಚಮಚ

ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪಿನ ರಸವನ್ನು ಕಲಸಿ ಮುಖ ಮತ್ತು ಕತ್ತಿಗೆ

ಲೇಪಿಸಿ 15 ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆದು ಹಾಕಿ. ಈ ಪ್ಯಾಕ್

ಮೊಡವೆ ಮತ್ತು ಕಲೆಗಳನ್ನು ಹೋಗಿಸುತ್ತದೆ. ವಾರದಲ್ಲಿ 3

ಬಾರಿ ಈ ಲೇಪನವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಮೊಡವೆ ಹಾಗೂ

ಸುತ್ತಲಿನ ಜಾಗ ಕೆಂಪಾಗಿದ್ದರೆ ಜೆಲ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಸೌತೆಕಾಯಿ ರಸವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಫ್ರಿಜ್‌ನಲ್ಲಿಟ್ಟು, ನಂತರ ಮೊಡವೆಗಳ ಮೇಲೆ ದಿನಕ್ಕೆ 3-4 ಬಾರಿ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಬೇಗನೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆವರಿನಿಂದ ಗುಳ್ಳೆ ಉಂಟಾದರೆ 2 ಟೇಬಲ್ ಚಮಚ ಜೆಲ್ ಜೊತೆ 2 ಟೇಬಲ್ ಚಮಚ ನಿಂಬೆರಸ ಬೆರೆಸಿ ಇಡೀ ದೇಹಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು 10 ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

* ಬಿಸಿಲು ನಮ್ಮ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿನ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿಸಿ ತ್ವಚೆ ಒಣಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಈ ಜೆನ್ ಅನ್ನು ಮುಖದ ಮೇಲೆ ದಪ್ಪ ಪದರದಂತೆ ಹರಡಿ ಹಾಗೆಯೇ ಬಿಡಿ. ಶುಷ್ಕತನ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದರೆ ದಿನಕ್ಕೆ 2 ಬಾರಿ ಲೇಪಿಸಬೇಕು. ಇದರ ಜೊತೆ ಬಾದಾಮಿ ಎಣ್ಣೆ ಅಥವಾ ಆಲಿವ್ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು 2-3 ಹನಿ ಬೆರೆಸಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಒಂದು ಚಮಚ ಜೆಲ್‌ಗೆ 2 ಚಮಚ ದ್ರಾಕ್ಷಿ ರಸವನ್ನು ಹಾಕಿ ಲೇಪಿಸಿ, 30 ನಿಮಿಷದ ಬಳಿಕ ತಣ್ಣೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದರೆ ಚರ್ಮ ನಯವಾಗುವುದು.

* ಕಾಂತಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡ ತ್ವಚೆ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ತಾಜಾತನ ಪಡೆಯಲು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಚಮಚ ಬ್ಯಾಂಬೂ ಜೆಲ್ ಜೊತೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಚಮಚ ಚೆನ್ನಾಗಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಂಡ ತೆಂಗಿನತುರಿ ಸೇರಿಸಿ, 5 ನಿಮಿಷ ಮುಖವನ್ನು ಮಾಲಿಶ್ಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚನೆಯ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಿರಿ.

* ಒಂದು ಟೇಬಲ್ ಚಮಚ ಬ್ಯಾಂಬೂ ಜೆಲ್ ಮತ್ತು ಒಂದು ಚಮಚ ಹಾಲಿನ ಪುಡಿಯ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ 20 ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆದರೆ ಟ್ಯಾನ್‌ನಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ದೊರೆಯುವುದು. ವಾರದಲ್ಲಿ 2 ಬಾರಿ ಈ ಪ್ಯಾಕ್ ಹಚ್ಚಬಹುದು. ಟ್ಯಾನ್ ಆದ ಕೈ ಕಾಲಿಗೂ ಇದು ಉತ್ತಮ. ನಿತ್ಯ ಬ್ಯಾಂಬೂ ಜೆಲ್ ಮತ್ತು ಆಲೋವೆರಾ ಜೆಲ್‌ನ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಲೇಪಿಸಿದರೆ ಪರ್ಯಾಯ ಕಿರಣಗಳಿಂದಾಗುವ ಹಾನಿ ತಪ್ಪಿಸಲು ರಕ್ಷಣಾ ಪದರದಂತೆ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಚಮಚ ಜೆಲ್ ಮತ್ತು ಒಂದು ಚಮಚ ತುರಿದ ಮೂಲಂಗಿ ಸೇರಿಸಿ ಪ್ಯಾಕ್ ಹಾಕಿ 10 ನಿಮಿಷ ಬಳಿಕ ತೊಳೆಯುವುದು ಕೂಡ ಟ್ಯಾನ್‌ಗೆ ಉತ್ತಮ ಪರಿಹಾರ.

ಇಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೇ ಮೇಕಪ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮುನ್ನ ಈ ಜೆಲ್‌ನ್ನು ಮಾಯಿಶ್ಚರ್‌ಸರ್‌ನಂತೆ ಬಳಸಬಹುದು.

