ನೈಸರ್ಗಿಕ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್, ಸಖತ್ ಲುಕ್

ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈಗೀಗ ಪುರುಷರೂ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್, ಫೇಷಿಯಲ್‌ನತ್ತ ಚಿತ್ತ ಹರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

■ ಯು. ಅನಂತ್

ಚಂದ ಕಾಣಾಕ ಮಹಿಳೆಯರು ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕಗಳ ಮೊರೆ ಹೋಗುವುದು ಸಹಜ. ರಾಸಾಯನಿಕಯುಕ್ತ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕಗಳು ತ್ವಚೆಯ ಅಂದವನ್ನು, ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ ಬದಲು ಹಾಳುಗೆಡವುದೇ ಹೆಚ್ಚು. ಹೀಗಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯರು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್‌ನತ್ತ ಚಿತ್ತ ಹರಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಇಂದಿನ ರಾಸಾಯನಿಕಯುಕ್ತ ಸೌಂದರ್ಯ ಸಾಧನಗಳಿಂದ ತ್ವಚೆಯ ಅಂದ, ನುಣುಪು, ಹೊಳಪುಗಳಿಗೆ ಧಕ್ಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ದೂಳು, ಶುಷ್ಕ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ಮುಖದ ಚರ್ಮ ಒಣಗಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಕಪ್ಪು ಕಲೆಗಳು, ಸನ್ ಟ್ಯಾನ್, ಸನ್‌ಬರ್ನ್ ಕೂಡ ಆಗಬಹುದು. ಇವೆಲ್ಲವುಗಳಿಗೆ ಮುಕ್ತಿ ನೀಡಲು ಮನೆಯಲ್ಲೇ ತಯಾರಿಸಿದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್‌ಗಳಿಂದ ಸಾಧ್ಯ.

ಅಡುಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಇರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ತ್ವಚೆಯ ತಾಜಾತನ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಪುರುಷರಿಗೂ!

ಈಗೀಗ ಪುರುಷರಲ್ಲೂ ಸೌಂದರ್ಯಪ್ರಜ್ಞೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅಂದ ಚಂದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಪುರುಷರೂ ನೀಡಲಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಕಾಲೇಜುಹುಡುಗರಂತೂ ಸೌಂದರ್ಯಾರಾಧಕರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಮೇಲ್ ಸಲೂನ್, ಬ್ಯೂಟಿ ಬೋಟಿಕ್‌ಗಳೇ ಸಾಕ್ಷಿ. ಪುರುಷರೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಪಾರ್ಲರ್‌ನತ್ತ ಮುಖ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.

ಮುಖದಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪುಕಲೆಗಳು, ವೈಟ್ ಪ್ಯಾಚಸ್, ಮೊಡವೆಗಳು, ತ್ವಚೆ ನೆರಿಗೆಗಟ್ಟುವುದು, ತಲೆಗೂದಲು ಬೆಳ್ಳಗಾಗುವುದು, ಹದಿವಯಸ್ಸಾದರೂ ಹೆಚ್ಚು ವಯಸ್ಸಾದವರ ಹಾಗೆ ಕಾಣುವುದು ಎಲ್ಲವೂ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಇವೆಲ್ಲವುಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಲು ಪುರುಷರೂ ತ್ವಚೆಯ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸೌಂದರ್ಯದತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸಲೇಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಮುಖದ, ಕೈಕಾಲುಗಳ ತ್ವಚೆಯನ್ನು ನಿರ್ಮಲವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸಾಧನ ಬಳಸಿ ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿಯಾದರೂ ಮುಖ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಕೆಲವೊಂದು ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್‌ಗಳೂ ಪುರುಷರ ಅಂದ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತವೆ.

ಮಹಿಳೆಯರಂತೆ ಪುರುಷರೂ ನಿಂಬೆ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್ ಅನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಸುಲಭವಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನಲ್ಲಿರುವ ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ, ಸಿಟ್ರಸ್ ಆ್ಯಸಿಡ್, ತ್ವಚೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ.