ಪಿಗ್ಮೆಂಟೇಷನ್ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಫೇಸ್ ಪ್ಯಾಕ್

ಮೂರು– ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ನೀರಿಗೆ ಆರೆಂಟು ಹನಿ ಆಪಲ್ ಸೈಡರ್ ವಿನೇಗರ್ ಸೇರಿಸಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿ ಐದು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ತೊಳೆಯಿರಿ.

ಕಲೆಗಳು ಇರುವ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಈರುಳ್ಳಿ ರಸ ಹಚ್ಚಿ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆಯಬಹುದು.

ಮ್ಯಾಶ್ ಮಾಡಿದ ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಎರಡು ಚಮಚ, ಒಂದು ಚಮಚ ಹಸಿ ಹಾಲು ಹಾಗೂ ಎರಡು ಚಮಚ ಶ್ರೀಗಂಧದ ಪುಡಿ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷ ಆದ ಮೇಲೆ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

★ ಒಂದು ಚಮಚ ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟಿನ ಜೊತೆ ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಅರಿಶಿನ, ಒಂದು ಚಮಚ ನಿಂಬೆರಸ ಹಾಗೂ ಒಂದು ಚಮಚ ಕೆನೆ ಹಾಕಿ ಪ್ಯಾಕ್ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷ ಕಳೆದ ನಂತರ ತೊಳೆಯಬೇಕು.

★ ಪೇರಲೆ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿ ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆಯಿರಿ.

★ ಕಲೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಆಲಿವ್ ತೈಲ ಹಾಗೂ ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ಮಿಶ್ರಣ ಹಚ್ಚಬೇಕು.

ಈ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಕೈಕಾಲಿನ ಮೇಲಿರುವ ಕಲೆಗಳಿಗೂ ಬಳಸಬಹುದು. ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವಾಗ ಸನ್ ಸ್ಕ್ರೀನ್ ಬಳಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ನಿತ್ಯ ಎರಡು ಬಾರಿ ಜೇರಿಗೆ ನೀರಿನಿಂದ ಮುಖ ತೊಳೆದರೆ ಕಲೆಗಳು ಆಗದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

3–4 ನಿಮಿಷ ಸ್ಕ್ರಬ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಮುಖವನ್ನು ತೊಳೆಯಬೇಕು. ಅಥವಾ ಒಂದು ಚಮಚ ರವೆಯೊಂದಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಆಲೂಗಡ್ಡೆ ರಸ ಬೆರೆಸಿ ಹಚ್ಚಬಹುದು.

ಮಸಾಜ್

ಒಣ ಚರ್ಮದವರು ಎರಡು ಚಮಚ ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆಗೆ ಎರಡು ಚಮಚ ಆಲೂಗಡ್ಡೆ ರಸ ಸೇರಿಸಿ 5–10 ನಿಮಿಷ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಲೀಶು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಎಣ್ಣೆ ಚರ್ಮದವರು ಎರಡು ಚಮಚ ಅಲೊವೆರಾ ಜೆಲ್ ಜೊತೆ ಆಲೂಗಡ್ಡೆ ರಸ ಬೆರೆಸಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯ ತ್ವಚೆ ಇದ್ದರೆ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ತಿರುಳಿನೊಂದಿಗೆ ಆಲೂಗಡ್ಡೆ ರಸ ಹಾಕಿ ಮಾಲೀಶು ಮಾಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ಮಿಶ್ರ ತ್ವಚೆಯವರು ಮೊಸರು ಹಾಗೂ ಆಲೂಗಡ್ಡೆಯ ರಸದ ಮಿಶ್ರಣ ಬಳಸಬಹುದು.

ಮಾಲೀಶು ಮಾಡಿದ ಬಳಿಕ ಬಿಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಟವೆಲ್‌ನ್ನು ಅದ್ದಿ, ಹಿಂಡಿ ಮುಖವನ್ನು ಒರೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಮಾಸ್ಕ್

ಎರಡು ಚಮಚ ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟಿನೊಂದಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಆಲೂಗಡ್ಡೆ ರಸ ಮತ್ತು ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಬೆರೆಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ ಒಣಗಿದ ಬಳಿಕ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆಯಿರಿ.

ಮಾಯಿಶ್ಚರೈಸರ್

ಫೇಷಿಯಲ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಇದನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಕೂಡ ಸುಲಭವಾಗಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ಎರಡು ಚಮಚ ಅಲೊವೆರಾ ಜೆಲ್, ಎರಡು ಚಮಚ ಗುಲಾಬಿ ಜಲ, ಒಂದು ಚಮಚ ಆಲಿವ್ ತೈಲ ಹಾಗೂ ಐದಾರು ಹನಿ ಲ್ಯಾವೆಂಡರ್ ತೈಲ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ಒಂದು ಶುಭ್ರವಾದ ಸಣ್ಣ ಬಾಟಲಿಗೆ ಹಾಕಿ ಇಡಿ. ಇದನ್ನು ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಬಳಸಬಹುದು.

ಈ ಫೇಷಿಯಲ್ ಅನ್ನು ಹದಿನೈದು ದಿನಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶ ಕಾಣಬಹುದು. ಆಲೂಗಡ್ಡೆಯ ರಸದ ಹಾಗೆ ನವಿಲುಕೋಸಿನ ರಸ ಕೂಡ ಅಷ್ಟೇ ಉಪಯುಕ್ತ. ನವಿಲು ಕೋಸಿನ ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ತುರಿದುಕೊಂಡು ರಸವನ್ನು ತೆಗೆದು ಮಾಸ್ಕ್ ಆಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು ಹಾಗೂ ಫೇಶಿಯಲ್ ಕೂಡ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.