ಶುದ್ಧವಾದ ರಸ ಲೇಪನಕ್ಕೆ ಇನ್ನೂ ಪರಿಣಾಮಕರವಾಗಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಪೊಟಾಷಿಯಮ್, ಸುಣ್ಣ, ಮ್ಯಾಗ್ನೀಸಿಯಂ ವಿಪುಲವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ತ್ವಚೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ವಿಟಮಿನ್, ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಕಂದು ಸಕ್ಕರೆಯ ಮಸಾಜ್

ಇದನ್ನು ಬಿಸಿ ಮಾಡಿದ, ತೆಳುವಾಗಿರುವ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಕರಗಿಸಿ. ಬೆನ್ನು, ಭುಜ, ಕಾಲುಗಳಿಗೆ ಲೇಪಿಸಿ ಮೃದುವಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿ. ಒಂದು ತಾಸಿನ ಬಳಿಕ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ. ಒಂದು ತಿಂಗಳು ಶರೀರಕ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಈ ಪರಿಕ್ರಮದಿಂದ ದೇಹವು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾದ ಕಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಗುಲಾಬಿ ತೈಲ, ತೆಂಗಿನೆಣ್ಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಕರಗಿಸಿ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಲೇಪಿಸಿಕೊಂಡು ಆರಿದ ಮೇಲೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದಲೂ ಮೃದುವಾದ ಚರ್ಮವನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು.

ಕಂದು ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕರಗಿಸಿ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ನೂಲು ಪಾಕ ತಯಾರಿಸಿ. ಅದಕ್ಕೆ ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಸೇರಿಸಿ. ಕೈ ಮತ್ತು ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಸವರಿ, ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಅಂದಗೆಡಿಸುವ ಅನಗತ್ಯ ಕೂದಲುಗಳು ಬೇರುಸಹಿತ ಕಳಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಮೇಣದ ಪೇಪರ್ ಬಳಸಿ ಕೂದಲು ಕೀಳುವಾಗ ಆಗುವಂತಹ ಕಿರಿಕಿರಿ, ಚರ್ಮದ ಉರಿಯೂತಗಳು ಇದರಿಂದ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೂದಲು ಕಿತ್ತ ಭಾಗ ಕಪ್ಪಾಗಿ ಅಂದಗೆಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಪುದೀನಾ ತೈಲವನ್ನು ಸಕ್ಕರೆಯಲ್ಲಿ ಕರಗಿಸಿ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಲೇಪಿಸಿ ನೀವಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನಿರ್ಜೀವ ಕಣಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕಿ ಹೊಳೆಯುವ ದೇಹಕಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇದು ದೇಹಕ್ಕೆ ತಂಪು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಗ್ರೀಸ್ ಮೊದಲಾದ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದಾಗ ಕೈಗಳು ಕೊಳಕು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಒರಟಾಗುತ್ತವೆ. ಸೋಪಿನ ನೊರೆಗೆ ಕಂದು ಸಕ್ಕರೆ ಬೆರೆಸಿ ತೊಳೆದುಕೊಂಡರೆ ಇದನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಒರಟು ತ್ವಚೆಯನ್ನು ಮಿದುಗೊಳಿಸಬಹುದು.

ಕೂದಲಿನ ಹೊಳಪಿಗೆ

ಸೂರ್ಯಕಾಂತಿ ತೈಲದಲ್ಲಿ ಕಂದು ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಕರಗಿಸಿ. ತಲೆಗೂದಲಿನ ಎಳೆಗಳಿಗೆ ಲೇಪಿಸಿ. ಒಣಗಿದ ಬಳಿಕ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ. ಈ ಉಪಚಾರ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಮಾಡಿದರೆ ಕಪ್ಪಾದ, ಮಿರುಗುವ ಕೂದಲುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಕೂದಲು ಉದುರುವುದು, ತಲೆಹೊಟ್ಟು, ಕೂದಲು ಸೀಳುವುದನ್ನೂ ಇದು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.

ತಾರುಣ್ಯದ ಕಳೆಯಿರುವ ಸುಂದರ ಹಸ್ತಗಳು ನಿಮ್ಮದಾಗಲು: ಇದು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಸಾಧ್ಯ. ಆಲಿವ್ ತೈಲದಲ್ಲಿ ಕಂದು ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಕರಗಿಸಿ, ವಿಟಮಿನ್ ಇ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕೈಗಳಿಗೆ ಲೇಪಿಸುವುದರಿಂದ ಶುಷ್ಕವಾದ, ಒರಟಾದ ಅಂಗೈ ಮೃದುವಾಗುತ್ತದೆ. ಉಗುರಿನ ಮೇಲಿರುವ ಕಲೆಗಳೂ ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಅಲ್ಲದೆ ತೇವವಾಗಿರುವ ಕಂದು ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಲೇಪಿಸಿ. ಮೃದುವಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಸತ್ತ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ ಹೊಳೆಯುವ ಮೈಬಣ್ಣವನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು.

ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಸಕ್ಕರೆ, ಜೇನುತುಪ್ಪ, ತೆಂಗಿನ ಅಥವಾ ಆಲಿವ್ ತೈಲಗಳೊಂದಿಗೆ ಗುಲಾಬಿ, ಮಲ್ಲಿಗೆ, ಜೆರೆನಿಯಾ, ಲ್ಯಾವೆಂಡರ್ ತೈಲಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದನ್ನು ಬೆರೆಸಬೇಕು. ಈ ಮಿಶ್ರಣದಲ್ಲಿ ತೆಳುವಾದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಅದ್ದಿ ಮೃದುವಾಗಿ ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಸವರಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಹೊಳೆಯುವ ಮೃದು ಮೈಯ ತ್ವಚೆ ನಿಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆ. ತ್ವಚೆಯ ತೇವಾಂಶ ಸಂರಕ್ಷಣೆಗೆ ತೆಂಗಿನೆಣ್ಣೆಗಿಂತ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಬೇಸಿಗೆ ಅಥವಾ ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಸುಂದರವಾದ ತುಟಿಗಳು ಶುಷ್ಕವಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದೆಯೇ? ಇದರಿಂದ ಬಿರುಕು ಬಿಟ್ಟು ನೋವು ತರುತ್ತಿದೆಯೆ? ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ. ಬೆರಳನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ ಕಂದು ಸಕ್ಕರೆಯ ಮೇಲೆ ಬೆರಳನ್ನಿರಿಸಿ. ಬೆರಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಕರಗಿಸಿ ತುಟಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ವೃತ್ತಾಕಾರವಾಗಿ ಬೆರಳನ್ನು ತಿರುಗಿಸಿ. ಇದರಿಂದ ಶುಷ್ಕತೆ ನೀಗಿ ಸದಾಕಾಲ ತೇವಯುಕ್ತವಾಗಿರುವ ಅಧರಗಳು ನಿಮ್ಮದಾಗುತ್ತವೆ.

ಲಿಪ್‌ಸ್ಟಿಕ್ ಲೇಪಿಸುವ ಮೊದಲು ಒದ್ದೆ ತುಟಿಗಳ ಮೇಲೆ ಸಕ್ಕರೆ ಹರಳುಗಳನ್ನು ಉದುರಿಸಿ ಬಳಿಕ ಲೇಪನ ಮಾಡಿ. ಇದರಿಂದ ದಿನವಿಡೀ ಲಿಪ್‌ಸ್ಟಿಕ್ ಬಣ್ಣ ಮಾಸದೆ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಮೃದುವಾದ ಮಾದಕ ತುಟಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಲು ಇಷ್ಟು ಅಗ್ಗವಾದ ಸೌಂದರ್ಯ ಸಾಧನ ಬೇರೊಂದಿಲ್ಲ. ಬೀಟ್ರೂಟ್ ರಸ ಮತ್ತು ಸಕ್ಕರೆಯ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ತುಟಿಗಳಿಗೆ ಲೇಪಿಸಿ ಶುದ್ಧವಾದ ಗುಲಾಬಿ ವರ್ಣ, ಮೃದುತ್ವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಮುಖ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ

ಒಂದು ಕಪ್ ಸಕ್ಕರೆ, ಒಂದು ಕಪ್ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಳಿತ ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಇವೆರಡನ್ನು ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ರಾತ್ರೆ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಬೆಳಗಾದ ಬಳಿಕ ರಕ್ತಚಂದನ ಬೆರೆತ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆಯಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಕಣ್ಣುಗಳ ಸುತ್ತಲಿನ ಕಲೆಗಳು, ಸುಕ್ಕು, ಮೊಡವೆಯ ಕಲೆಗಳು ಮಾಯವಾಗಿ ಮುಖ ಹೊಳೆಯುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಸಕ್ಕರೆ ಮತ್ತು ಹಾಲಿನ ಮಿಶ್ರಣ ಲೇಪಿಸಿ ಅರ್ಧ ತಾಸಿನ ಬಳಿಕ ತೊಳೆಯುವುದರಿಂದಲೂ ಮೊಡವೆ ಮತ್ತು ಕಪ್ಪು ಕಲೆ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ವೆನಿಲ್ಲಾ, ನಿಂಬೆರಸ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೂಡ ಕಲೆ ತೆಗೆಯಲು ಸಹಾಯಕ. ಮುಖದ ಅನಪೇಕ್ಷಿತ ಕೂದಲುಗಳು ಕೂಡ ಇದರಿಂದ ನೀಗುತ್ತವೆ. ತೆಂಗಿನೆಣ್ಣೆ, ಶಿಯಾ ಬೆಣ್ಣೆ, ಸಕ್ಕರೆಗಳ ಮಿಶ್ರಣದ ಲೇಪನ ಮುಖದ ಸುಕ್ಕನ್ನು ತೊಡೆಯುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತಿ ತಿಕ್ಕಬಾರದು. ಚರ್ಮ ಅದರಿಂದ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗಬಹುದು. ಬಳಸುವ ಮೊದಲು ಚರ್ಮ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು.

ಸಕ್ಕರೆ ಮತ್ತು ಹಾಲಿನ ಹುಡಿಯನ್ನು ಎಳನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕರಗಿಸಿ ಮುಖಲೇಪನ ಮಾಡಿ. ಒಂದು ತಾಸಿನ ಬಳಿಕ ಎಳನೀರಿನಿಂದಲೇ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಮೂರು ದಿನ ಈ ಉಪಚಾರ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ತ್ವಚೆಯ ಮೆಲನಿನ್ ಕಡಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ತ್ವಚೆಯ ರಂಧ್ರಗಳನ್ನು ತೆರೆದು ಆಳವಾಗಿ ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಿ, ಕಲ್ಮಶಗಳನ್ನು ಹೊರದೂಡುತ್ತದೆ. ತ್ವಚೆಯಲ್ಲಿರುವ ತೈಲಾಂಶವನ್ನು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿಡಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ತ್ವಚೆಯ ವಿನ್ಯಾಸವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ನಂಜು ನಿರೋಧಕವಾಗಿ ಕೆಲವು ಹನಿ ನೀಲಗಿರಿ ತೈಲವನ್ನೂ ಸೇರಿಸಬಹುದು.

ಒಂದು ಕಪ್ ಸಕ್ಕರೆ, ಹಿಸುಕಿದ ಅವಕಾಡೊ, ಆಲಿವ್ ಅಥವಾ ಬಾದಾಮಿ ತೈಲ, ಜೇನುತುಪ್ಪಗಳ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಶೀತಕ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿರಿಸಿ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಮೇಲೆ ದೇಹಕ್ಕೆ ಲೇಪನ ಮಾಡಬಹುದು. ಮುಖ ಕ್ಷೌರದ ಬಳಿಕ ಉಂಟಾಗುವ ಚರ್ಮದ ಉರಿಯೂತ, ಒರಟು ತ್ವಚೆ, ಎಗ್ಜಿಮಾ, ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೂ ಇದರಿಂದ ಪರಿಹಾರ ಸಿಗುತ್ತದೆ.