ಮುಖದ ಕಲೆ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಹರ್ಬಲ್ ಲೇಪನ

ಸೌಂದರ್ಯದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುವುದು ಮುಖದ ಅಂದ, ಆರೈಕೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮುಖ ಚಂದ ಕಾಣುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಅಂದದ ಮುಖ ಪಡೆಯಲು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಮುಖದ ಮೇಲಿನ ಕಲೆ ನಿವಾರಣೆ ಹೇಗೆ?

■ ಪ.ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಶಾಸ್ತ್ರಿ

ಅಂದಗಾತಿಯರ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಒಂದಿಷ್ಟು ಕಂದು ಅಥವಾ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದ ಕಲೆಗಳಿದ್ದರೆ ಸಾಕು, ಸದಾ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮುಜುಗರ, ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಮುಖ ತೋರಿಸಲು ಕಿರಿಕಿರಿ. ಕೇವಲ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಕೆಲವರಿಗೆ ಬೆನ್ನು, ಕೊರಳು, ಎದೆ, ಭುಜ, ಕೈಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಇರುವ ಕಲೆಗಳು ಅಸಹ್ಯ ಭಾವ ಮೂಡಿಸುತ್ತವೆ. ಮೊಡವೆಗಳು ವಿಪರೀತವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದೂ ಅಂದಕ್ಕೆ ಕುಂದು ತರಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ.

ಮುಖದ ಕಲೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳು ಹಲವಾರಿವೆ. ಸೂರ್ಯನ ಕಿರಣಗಳ ನೇರ ಕಿರಣಗಳಿಂದ ಕಣ್ಣಿನ ಸುತ್ತಲೂ ಕಪ್ಪಾಗಬಹುದು. ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಅಸಮತೋಲನ, ಜೀವಸತ್ವಗಳ ಕೊರತೆ, ನಿದ್ರೆ ಬಾರದಿರುವುದು, ಔಷಧಗಳ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮ, ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತಡ, ಆನುವಂಶೀಯತೆ, ಋತುಸ್ರಾವದ ತೊಂದರೆ, ಗರ್ಭಧಾರಣೆ, ಮೆಲನೋಸೈಟ್ ಕಣಗಳ ಉತ್ಪಾದನೆ, ಲಿವರ್ ತೊಂದರೆ.. ಹೀಗೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾರಣಗಳ ದೊಡ್ಡ ಪಟ್ಟಿಯಿದೆ. ಲೇಸರ್, ಮೈಕ್ರೋಡರ್ಮಾಬ್ರೇಷನ್ ಮುಂತಾದ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮಗಳಿಂದ ಅದನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ರಾಸಾಯನಿಕಯುಕ್ತವಾದ ಲೇಪನಗಳಿಗೆ ಹಣ ಸುರಿದು ಮುಖದ ಕಲೆ ತೆಗೆಯಲು ಮುಂದಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಅಲರ್ಜಿಯಂತಹ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ನಿರಪಾಯಕರವಾದ ಹಲವು ಲೇಪನಗಳನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲೇ ತಯಾರಿಸಿ ಮುಖವನ್ನು ಕಲೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿ ಕಾಂತಿಯುತಗೊಳಿಸಲು ಸುಲಭ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ.

ಲಿಂಬೆರಸ

ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಮುಖವನ್ನು ಕಲೆಯಿಂದ ತೆಗೆಯಲು ಸುಲಭವಾದ ಪರಿಹಾರವೆಂದರೆ ಲಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ರಸ. ಜೀವಸತ್ವದ ಕೊರತೆಯ ಅರ್ಧ ಭಾಗವನ್ನೂ ಅದು ತುಂಬುತ್ತದೆ. ತಾಜಾ ಲಿಂಬೆರಸದಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿದ ಹತ್ತಿಯನ್ನು ಕಲೆಗಳ ಮೇಲೆ ಅಂಟಿಸಬೇಕು. ಪೂರ್ಣ ಒಣಗಿದ ಮೇಲೆ ತಣ್ಣೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಸಲ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಎರಡೇ ವಾರಗಳ ಈ ಉಪಚಾರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಚರ್ಮ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿದ್ದರೆ ಲಿಂಬೆರಸದ ಜೊತೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಜೇನು ಮತ್ತು ಪನ್ನೀರನ್ನು ಬೆರೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಶೀಘ್ರ ಫಲ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಲಿಂಬೆರಸದ ಬದಲು ಕಿತ್ತಳೆಯ ರಸದಿಂದಲೂ ಲಾಭವಿದೆ. ಕಿತ್ತಳೆಹಣ್ಣಿನ ರಸದೊಂದಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಆಪಲ್ ಸೈಡರ್ ವಿನೇಗರ್ ಬೆರೆಸಿ ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಸಲ ಕಲೆಗಳ ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚಿ ಉಜ್ಜಬೇಕು. ನಾಲ್ಕರಿಂದ ಐದು ವಾರ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದರೆ ಮುಖ ಕಾಂತಿಯುಕ್ತವಾಗುವುದು. ಕಿತ್ತಳೆಯ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಒಣಗಿಸಿ ಗಾಳಿಯಾಡದ ಹಾಗೆ ಭದ್ರವಾಗಿ ತೆಗೆದಿರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅದೂ ತ್ವಚೆಯ ಕಲೆ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಸಾಧನ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಹುಳಿ ಮೊಸರು ಮತ್ತು ಲಿಂಬೆಯ ರಸ ಸೇರಿಸಿ ಕಲಸಿ, ಕಲೆಗಳಿಗೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅರಶಿನದ ಪುಡಿಯನ್ನು ಲಿಂಬೆರಸದಲ್ಲಿ ಕಲಸಿ ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದರೆ ತ್ವಚೆಯ ಕಲೆಯನ್ನು ನೀಗುತ್ತದೆ.

ಅರ್ಧ ಕಪ್ ನೆನೆಸಿದ ಓಟ್ಸ್ ಮತ್ತು ಲಿಂಬೆರಸದಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಪೇಸ್ಟನ್ನು ಕುತ್ತಿಗೆಯಿಂದ ತೊಡಗಿ ಮುಖದವರೆಗೂ ದಪ್ಪವಾಗಿ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಒಂದು ತಾಸು ಕಳೆಯುವ ತನಕ ಹಾಗೆಯೇ ಬಿಡಬೇಕು. ಅನಂತರ ಬಿಸಿನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆಯುವ ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ವಾರಕ್ಕೆರಡು ಸಲದ ಹಾಗೆ ಕೆಲವು ವಾರ ಮಾಡುವುದೂ ಕಲೆ ನೀಗಲು ನೆರವಾಗುವುದು.

ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆ

ಮುಖದಲ್ಲಿ ದಟ್ಟವಾಗಿ ಕಲೆಗಳಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ತೆಗೆಯಲು ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆ ಬಳಸಬಹುದು. ಬಿಳಿ ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆಯನ್ನು ಸ್ಲೈಸ್ ಮಾಡಿ ಅದಕ್ಕೆ ಜೇನು ಲೇಪಿಸಿ