



ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧನೆಗೆ ಹರ್ಬಲ್ ಕ್ಲೆನ್ಸಿಂಗ್

ಕ್ಲೆನ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ತ್ವಚೆಯ ಕಾಂತಿ ಹೆಚ್ಚುವುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತೀ ಬಾರಿಯೂ ಬ್ಯೂಟಿ ಪಾರ್ಲರ್‌ಗೇ ಹೋಗಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ. ಮನೆಯಲ್ಲೇ ದೊರಕುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳಿಂದ ಕ್ಲೆನ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸೌಂದರ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

■ ಚಿತ್ರ-ಲೇಖನ: ಗೀತಸದಾ ಮೋಂತಿಮಾರು

ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋದರೆ ಸಾಕು, ವಾಹನದ ಹೊಗೆ, ಧೂಳು ಹೀಗೆ ವಾತಾವರಣವೇ ಕಲುಷಿತವಾಗಿದ್ದು ನಮ್ಮ ತ್ವಚೆಯ ಮೇಲೆ ಇದು ತುಂಬಾ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತಿದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಮೊಡವೆಗಳು, ಕಲೆಗಳು, ತುರಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಸಂಭವಿಸುವುದಲ್ಲದೆ ತ್ವಚೆಯೂ ಕಳೆಗುಂದಿ ತನ್ನ ನೈಜತೆಯನ್ನೇ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಮ್ಮ ತ್ವಚೆಯ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ಬೇಕು ಕ್ಲೆನ್ಸಿಂಗ್.

'ಚರ್ಮದ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಕ್ಲೆನ್ಸಿಂಗ್. ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕ್ಲೆನ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ತ್ವಚೆಯ ಕಾಂತಿ ಹೆಚ್ಚುವುದು. ಆದರೆ ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತೀ ಬಾರಿಯೂ ಬ್ಯೂಟಿ ಪಾರ್ಲರ್‌ಗೇ ಹೋಗಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ. ಮನೆಯಲ್ಲೇ ದೊರಕುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳಿಂದ ಕ್ಲೆನ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಉತ್ತಮ ತ್ವಚೆಯನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಹರ್ಬಲ್ ಬ್ಯೂಟಿಷಿಯನ್ ವನಿತಾ.

ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಅನುಪಾತ ಮತ್ತು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದರೆ ತ್ವಚೆಯ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮವಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಇದರಿಂದ ಚರ್ಮದ ಕೋಮಲತೆ ಮತ್ತು ಸ್ನಿಗ್ಧತೆಯನ್ನೂ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ವಸ್ತುಗಳು ಚರ್ಮದ ಕ್ಲೆನ್ಸಿಂಗ್, ಟೋನಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಮಾಯಿಶ್ಚರೈಸಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಪೋಷಣೆಯನ್ನೂ ನೀಡಬಲ್ಲದು.

ಒಂದು ಕಾಟನ್ ಬಟ್ಟೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬಿಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಸಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರಿರುವಂತೆ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಿ ಅಥವಾ ಬಿಸಿನೀರಿನ ಹಬೆಯನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ತ್ವಚೆಯ ರಂಧ್ರಗಳು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಈಗ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ತೆಳುವಾಗಿ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಅಥವಾ ಹಾಲನ್ನು ಹತ್ತಿಯಿಂದ ಸವರಿ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ಒಣಗಿದ ಹತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ನಂತರ ಹದ ಬಿಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ನಂತರ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಸಿ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡರೆ ತೆರೆದ ರಂಧ್ರಗಳು ಮುಚ್ಚುತ್ತವೆ. ಕ್ಲೆನ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ತ್ವಚೆ ಎಣ್ಣೆಯುಕ್ತವೋ, ಒಣ ತ್ವಚೆಯೋ ಅಥವಾ ಸಾಮಾನ್ಯವೋ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ಉತ್ತಮ.