

ಮುಖದ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗ



ಉಮಾ ಜಯಕುಮಾರ್

ಬ್ಯೂಟಿಯನ್

ಮಾರ್ಗ ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧಕಗಳ ನಿಯಮಿತ ಮಿಶ್ರಣ. ಇದು ಚರ್ಮವನ್ನು ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಕಲೆ, ಕೊಳೆಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಹದಿ ಹರೆಯದವರ ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧನೆಗಿಂತಲೂ ತಯಾರಿಸಲಾದ ಮಾರ್ಗಗಳು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.

1105, ಮುಖದ ಕಾಂತಿ ವರ್ಧಿಸಲು ಫೇಸ್ ಪ್ಯಾಕ್‌ಗಿಂತ ಸೂಕ್ತ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ ಬೇರಿಲ್ಲ. ಕಳಾಹೀನವಾದ ಎಪಿಡರ್ಮಿಸ್‌ಗೆ ಮತ್ತೆ ಚೈತನ್ಯ ತುಂಬಲು ಫೇಸ್ ಪ್ಯಾಕ್‌ನಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಫೇಸ್ ಪ್ಯಾಕ್‌ಗಳಿಗಾಗಿ ಬ್ಯೂಟಿ ಪಾಲರ್ಸ್‌ಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವೇ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ಕೆಲವು ಫೇಸ್ ಪ್ಯಾಕ್‌ಗಳ ತಯಾರಿಕೆಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.

ಜೇನುತುಪ್ಪ

ಒಂದು ಟೀ ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪಕ್ಕೆ ಒಂದೆರಡು ಹನಿ ಲಿಂಬೆ ರಸ ಸೇರಿಸಿ. ಮುಖದಲ್ಲಿ ಹುಬ್ಬಿನ ಕೂದಲನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಉಳಿದ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ. ಹತ್ತು-ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆಯಿರಿ. ಇದು ಸುಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಮವನ್ನು ಮೃದುವಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಸೌತೆಕಾಯಿಯ ಮಾರ್ಗ

ಒಂದು ಟೀಬಲ್ ಚಮಚ ಸೌತೆಕಾಯಿ ರಸ, ಒಂದು ಟೀ ಚಮಚ ತಾಜಾ ಕೆನೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ಮೊಟ್ಟೆಯ ಬಿಳಿ ಭಾಗ ಇದಕ್ಕೆ ಇಪ್ಪತ್ತು ಹನಿ ಟೆಂಚರ್ ಬೆಂಜಾಯಿನ್ ಅನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ಹತ್ತಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಎರಡು ಸ್ಪೆಸ್‌ಗಳಾಗಿ ಮಾಡಿ ಸ್ಪೆಸ್‌ಗಳ ನಡುವೆ ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನಿಡಿ. ಅನಂತರ ಅದನ್ನು ಹದಿನೈದರಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮುಖದ ಮೇಲಿಡಿ. ವಯಸ್ಸಾದವರಿಗೆ ಇದು ಸೂಕ್ತವಾದ ಫೇಸ್ ಮಾರ್ಗ.

ಈಸ್ಟ್ ಮಾರ್ಗ

ಆರರಿಂದ ಎಂಟು ಈಸ್ಟ್ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಆಲಿವ್ ಎಣ್ಣೆ ಮತ್ತು ಮೊಟ್ಟೆಯ ಹಳದಿ ಭಾಗ ಸೇರಿಸಿ ಮಿಶ್ರಣ ತಯಾರಿಸಿ. ಮುಖಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿ ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ಹದವಾದ ಬಿಸಿ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಿರಿ.

ಮೊಟ್ಟೆಯ ಮಾರ್ಗ (ಒಣ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ)

ಒಂದು ಟೀಬಲ್ ಚಮಚ ಹಾಲಿನ ಪುಡಿ. ಎರಡು ಮೊಟ್ಟೆಯ ಒಳ ಭಾಗ ಇವೆರಡನ್ನೂ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಮುಖ-ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಲೇಪಿಸಿ. ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆಯಿರಿ.

ಕ್ಯಾಬೇಜ್ ಮಾರ್ಗ

ಎರಡು ಕ್ಯಾಬೇಜ್ ಎಲೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರೆಯಿರಿ. ಅದರ ರಸ ತೆಗೆದು ಅರ್ಧ ಟೀ ಚಮಚ ಯೀಸ್ಟ್, ಒಂದು ಟೀ ಚಮಚ ಜೇನು ತುಪ್ಪವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿ. 15 ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ಒಂದು ಹತ್ತಿಯ ತುಂಡನ್ನು ರೋಸ್ ಪೌಡರ್‌ನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಅದರ ಸಹಾಯದಿಂದ ಮಾರ್ಗನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ.

ನಿಂಬೆಯ ಮಾರ್ಗ

ಎರಡು ಟೀ ಚಮಚ ಹಸಿ ಮೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಕಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಅರ್ಧ ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಮತ್ತು ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಓಟ್‌ಮಿಲ್ಸ್ ಸೇರಿಸಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ. ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆಯಿರಿ.

