



વરસાદમાં ત્વચા નિખારતાં ફેસ પેક્સ



વરસાદની મોસમ એટલે હવામાં ભેજ, તમારા વાળ બગાવત કરી રહ્યા છે અને ત્વચા? આ સિઝનમાં તૈલીય ત્વચા વધુ તૈલીય બની જાય છે, ડ્રાય પેથિસ અચાનક ઉભરી આવે છે અને તમારો T ઝોન હાઈલાઈટ કરતાં પણ વધારે ચમકવા લાગે છે.

અલબત્ત વરસાદની મોસમ આપણને બધાંને જ ગમે છે કારણ કે આ આહવાદક ઋતુમાં ફરવાની કંઈક અલગ જ મજા છે પરંતુ આ મોસમમાં ત્વચા સંબંધી સમસ્યાઓ પણ વધુ થાય છે. આપણી ત્વચા પર ડાઘધબ્બા પડી જાય છે, ડાર્કનેસ દેખાય છે, ચહેરાની ચમક ફિક્કી પડે છે. ચોમાસુ ફંગલ ઈન્ફેક્શન અને ખીલનું કારણ પણ બની શકે એટલે બદલાતી મોસમમાં ત્વચાને હેલ્થી રાખવા માટે સ્કિન ટાઈપ પ્રમાણે કેટલાક ઘરેલુ ફેસ પેક્સનો ઉપયોગ કરવો જરૂરી છે જેથી તમે વરસાદની મોસમમાં પણ ગ્લોઈંગ સ્કિન મેળવી શકો.

બેસન + ગુલાબજળ:



બેસન માત્ર ભજિયાં માટે જ નથી એ તમારી ત્વચાનો સારો ફ્રેન્ડ પણ છે. એ ત્વચાને એક્સફોલિએટ કરે છે અને ભેજવાળી આ મોસમની ગંદકીને સાફ કરે છે.

2 ટીસ્પૂન બેસનને 1-2 ટી સ્પૂન ગુલાબજળ સાથે મિક્સ કરી સ્મુથ પેસ્ટ બનાવો. એને ચહેરા પર લગાડી 10 મિનિટ બાદ ધોઈ નાખો. એ વધારાના તેલને શોષી લે છે અને છિદ્રોને ટાઈટ કરે છે.

મુલતાની માટી + દહીં:

તમારી ત્વચા પરસેવો વહેવડાવે છે અને બેક્ટેરિયાને જાણે આમંત્રણ આપી રહી છે. મુલતાની માટી તમારી મદદ કરે છે. 1 ટેબલસ્પૂન મુલતાની માટી અને 1 ટેબલસ્પૂન દહીં મિક્સ કરો. એને ચહેરા પર લગાડી 10 મિનિટ બાદ ધોઈ નાંખો. મુલતાની માટી તેલને નિયંત્રિત કરે છે અને ત્વચાને સાફ કરે છે. દહીં ત્વચાને હળવેથી એક્સફોલિએટ કરે છે. એ બંને ભેગાં થઈ ચોમાસામાં ખીલ થતાં અટકાવે છે.

સુખડ + દૂધ

શું આ મોસમમાં તમને ખંજવાળ, બળતરા કે સંવેદનશીલતા જેવી સમસ્યા થાય છે? આ કોમ્બો ત્વચા માટે ફાયદાકારક છે.

1 ટીસ્પૂન શુદ્ધ સુખડનો પાઉર અને કાચું દૂધ મિક્સ કરી પેસ્ટ બનાવો. એને ચહેરા પર લગાડી 10 મિનિટ બાદ ધોઈ નાખો.

સુખડ ઠંડક આપી લાલાશ ઓછી કરે છે. દૂધ ત્વચાને હાઈડ્રેટ કરી રંગત એક્સરખી કરે છે.

લીમડો + મધ

વરસાદ અને બંધ રોમછિદ્રો એટલે બ્રેકઆઉટ. મોનસૂનમાં લીમડો અને મધ તમારી ત્વચાને ડિટોક્સ કરે છે.

8-10 લીમડાનાં તાજાં પાન વાટી તેમાં 1 ટીસ્પૂન મધ મિક્સ કરો. આ પેસ્ટ લગાડી 10 મિનિટ બાદ ધોઈ નાખો.

લીમડો એન્ટી બેક્ટેરિયલ અને એન્ટી ફંગલ છે. જ્યારે મધ મોઈશ્ચર આપે છે અને હીલર છે. જે બંને સાથે મળી ત્વચાને શુદ્ધ થયા વિના સાફ કરે છે.

પપૈયું + લીંબુ

આ પેક ત્વચાને જીવંત બનાવે છે. 2 ટેબલસ્પૂન પાકું પપૈયું અને થોડાં ટીપાં લીંબુ મિક્સ કરો. ચહેરા પર લગાડી 10 મિનિટ બાદ ઠંડા પાણીથી ચહેરો ધોઈ નાંખો.

પપૈયું કુદરતી રીતે જ ત્વચાને એક્સફોલિએટ કરી ચમકદાર બનાવે છે. લીંબુથી ડાઘ-ધબ્બા લાઈટ થાય છે.

બેસન + હળદર + લીંબુનો રસ

1 ટીસ્પૂન બેસનમાં ચપટી હળદર અને 2-3 ટીપાં લીંબુનો રસ મિક્સ કરો. ગુલાબજળ નાખી પેસ્ટ બનાવી ચહેરા અને ગરદન પર લગાડી 15 મિનિટ



બાદ ધોઈ નાંખો.

બેસન ચહેરા પરના ડાઘધબ્બા દૂર કરે છે. લીંબુના રસમાં વિટામિન-C હોય છે. જે સ્કિનને ટાઈટ કરવામાં મદદ કરે છે.

ઓટમીલ + ગુલાબજળ

એક બાઉલમાં 3 ટીસ્પૂન ઓટમીલ, 1 ટેબલસ્પૂન ગુલાબજળ, 1 ટીસ્પૂન મધ અને દહીં મિક્સ કરી સ્મુથ પેસ્ટ બનાવો. ચહેરા પર લગાડી 1-2 કલાક બાદ ધોઈ નાખો.

આ પેકથી ત્વચાને તાજગી મળે છે. દહીંમાં રહેલાં ગુડ બેક્ટેરિયા ત્વચાને પોષણ આપે છે. આ પેક લગાડવાથી ત્વચા ચમકે છે.

ફળોનો ફેસ પેક

કેળાં, સફરજન અને સ્ટ્રોબેરીમાં 1 ટીસ્પૂન મધ મિક્સ કરી બ્લેન્ડરમાં પેસ્ટ બનાવો. ચહેરા પર લગાડી 15 મિનિટ બાદ પાણીથી ધોઈ નાંખો. એ ત્વચાની ફાઈન લાઈન્સ અને ડાઘધબ્બા દૂર કરવામાં મદદ કરે છે.

ટિપ્સ

- » કોઈ પણ ફેસ પેક લગાડતાં પહેલાં માઈલ્ડ કિલ્નરથી ચહેરો ધુઓ.
- » જો તમારી ત્વચા બહુ સંવેદનશીલ હોય તો પેક 10-15 મિનિટથી વધારે રાખો નહીં.
- » પેક કાઢવા માટે સ્વચ્છ ટુવાલ કે ટીશ્યુનો ઉપયોગ કરો. ઘસીને સાફ ન કરો.
- » પહેલી વખત ટ્રાય કરતી વખતે પેચ ટેસ્ટ કરો.
- » પેક કાઢ્યા બાદ વોટર બેઝડ મોઈશ્ચરાઈઝર લગાડો.