

ગરમીમાં તેજ ધૂપ, પરસેવો અને ભેજ ત્વચા અને વાળને નુકસાન પહોંચાડી શકે છે. આ મોસમમાં વાળને ખરાબ થતાં બચાવવામાં DIY હેર માસ્ક સૌથી સારો વિકલ્પ છે. એ વાળને પોષણ આપી મજબૂત અને શાઈની બનાવે છે.

ગરમીમાં પરસેવા અને અન્ય ઘણાં કારણોસર વાળ ખરાબ થાય છે. આ મોસમમાં વાળની કાળજી વધુ રાખવી પડે છે. ગરમીના કારણે વાળના મૂળ કમજોર થવા માંડે છે અને વાળ ખરવાની સમસ્યા શરૂ થાય છે. ભેજને કારણે આ મોસમમાં સ્કેલ્પમાં ખંજવાળ, ખોડો જેવી સમસ્યા ઉદભવે છે. જો તમે સમરમાં તમારા વાળની ચમક ખોવા નથી માંગતા અને એને સિલ્કી અને શાઈની રાખવા ઈચ્છતાં હો તો તમારે ઘરે જ DIY હેરમાસ્ક બનાવવા જોઈએ.



સૌંદર્ય

ગરમીમાં વાળનું રક્ષણ કરશે હેર માસ્ક

અવાકાડો-અલોવેરા હેર માસ્ક

1 અવાકાડો અને 1/4 કપ અલોવેરા જેલ મેશ કરી વાળમાં લગાડી 20 મિનિટ બાદ વાળ શેમ્પુ અને કન્ડિશનરથી ધોઈ નાખો.

મેથીદાણા અને દહીં હેરમાસ્ક

સામગ્રી

1/2 કપ મેથીદાણા, 1 ટેબલસ્પૂન દહીં



કવર થઈ જવા જોઈએ. કેપથી વાળ કવર કરો. સુકાઈ જાય એટલે 20 મિનિટ બાદ પાણીથી ધોઈ નાખો. હર્બલ શેમ્પુનો ઉપયોગ કરો. અઠવાડિયે એક વાર આ માસ્કનો ઉપોગ કરવાથી સ્કેલ્પ હેલ્થી રહેશે. ખોડો અને ખંજવાળ દૂર થશે. વાળ મુલાયમ અને શાઈની બનશે.

કેવી રીતે બનાવશો?

કુલિંગ હેર માસ્ક બનાવવા માટે મેથીદાણા આખી રાત પાણીમાં પલાળો, મેથી પલળીને નરમ થવી જોઈએ. સવારે એને વાટી બારીક પેસ્ટ કરો. ત્યાર બાદ એને બરાબર ગાળી લો. પેસ્ટમાં દહીં નાખી બરાબર મિક્સ કરો. ગઢા ન બાહે તે ધ્યાન રાખો.

કેવી રીતે લગાડશો?

આ કુલિંગ અને પોષણ આપનાર માસ્ક તમારા વાળમાં લગાડો. માથાની ત્વચા સહિત બધા વાળ સારી રીતે પેસ્ટથી



કેળાં-મધ હેર માસ્ક

સામગ્રી

2 કેળાં, 2 ટેબલસ્પૂન મધ

કેવી રીતે બનાવશો?

પાકાં કેળાંને ગઢા ન રહે એ રીતે બરાબર છૂંદો. એમાં 1 ટેબલસ્પૂન મધ નાખી બરાબર બ્લેન્ડ કરો. આ મિશ્રણને 5 મિનિટ રહેવા દીધા બાદ ઉપયોગમાં લો.

કેવી રીતે લગાડશો?

વાળ અને સ્કેલ્પમાં હેર માસ્ક



લગાડી 20 મિનિટ બાદ પાણી અને હર્બલ શેમ્પુથી વાળ ધુઓ. અઠવાડિયે એક વાર લગાડવાથી વાળને પોષણ મળશે. વાળ હેલ્થી અને શાઈની દેખાશે.

દહીં-અલોવેરા હેરપેક

સામગ્રી

1 કપ દહીં, અલોવેરા જેલ

કેવી રીતે બનાવશો?

અલોવેરાનાં પાન તોડી એમાંથી પલ્પ કાઢો. દહીં બ્લેન્ડરમાં બ્લેન્ડ કરો. તેમાં અલોવેરા જેલ નાખી ફરી બ્લેન્ડ કરો. વાળમાં લગાડતાં પહેલાં 5 મિનિટ રહેવા દો.

કેવી રીતે લગાડશો?

બધા વાળ કવર થઈ જાય એ રીતે વાળમાં લગાડી 30 મિનિટ રહેવા દો. વાળને હેર કેપથી કવર કરો. વાળ પાણી અને હર્બલ શેમ્પુથી ધોઈ નાખો. અઠવાડિયે એક વાર હેર પેકનો ઉપયોગ કરવાથી વાળ હેલ્થી થશે. ગરમીથી વાળને થયેલા નુકસાન દૂર કરવામાં મદદ કરશે.

કોકોનટ હેર પેક

ગરમી તમારા વાળમાંથી મોઈશ્વર ઉડાડી દે છે એટલે વાળ બેજાન બની જાય છે. કોકોનટમાંનું ફેટી એસિડ શાઈન પાછું લાવી શકે છે. તરોપાની મલાઈ કાઢી તેને પેનમાં નરમ થાય ત્યાં સુધી સાધારણ ગરમ

કરો. એ ઠંડું થાય એટલે એમાં થોડાં ટીપાં ગુલાબજળ નાખી મિક્સ કરો. એને વાળનાં મૂળથી માંડી વાળના છેડા પર ધીરે ધીરે લગાડો. વાળને હૂંફાળા ભીના ટુવાલથી લપેટી 20-30 મિનિટ રહેવા દો. માઈલ્ડ શેમ્પુથી વાળ ધોઈ કન્ડિશનર લગાડો. તમારા વાળ મજબૂત, હેલ્થી અને શાઈની થશે.

ગરમીમાં વાળની દેખભાળ કઈ રીતે રાખશો?



» વાળને રેમેજથી બચાવવા હર્બલ શેમ્પુનો ઉપયોગ કરો. આમળા, અલોવેરા, બ્રાહ્મી અને ભુંગરાજ જેવી જડીબુટ્ટીથી બનેલા શેમ્પુનો ઉપયોગ કરો.
» અઠવાડિયે બે વાર હેર વોશ કરો.
» વાળ પર હેર પ્રોટેક્ટિંગ હેર સિરમનો ઉપયોગ કરો.
» બહાર નીકળતા પહેલાં વાળને સ્કાર્ફ, કેપથી કવર કરો. એનાથી વાળ તડકાથી થતાં નુકસાનથી બચશે.