

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

راز زیبایی و جوانی پوست
با ماسک‌های میوه‌ای

معصومه جعفری



۶۶۹۶۳۰۶۵
۰۹۱۲ ۳۲۹-۳۸۸

راز زیبایی و جوانی پوست با ماسک‌های میوه‌ای
تدوین و گردآوری: معصومه جعفری
ناشر: یاران علوی
چاپ اول: زمستان ۱۳۹۲
حروفچینی: محسن تشرتی
صفحه آرایی: سیده یلدا عزیزی موسوی
ویراستار: علی عبدالحمیدی
تیراژ: ۲۰۰۰ نسخه
شابک: ۵-۳۳-۸۵۸۳-۹۶۴-۹۷۸

Mail: info@yaran-ealavi.ir

WWW.yaran-ealavi.ir

قیمت: ۵۰۰۰ تومان

سرشناسه: جعفری، معصومه، ۱۳۶۶-
عنوان و نام پدیدآورنده: راز زیبایی با
ماسک‌های میوه‌ای/معصومه جعفری.
مشخصات ناشر: تهران، یاران
علوی، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری: ۱۰۴ ص.
شابک: ۵-۳۳-۸۵۸۳-۹۶۴-۹۷۸-۵۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیپا
موضوع: پوست - بهداشتی
موضوع: زیبایی شخصی

رده‌بندی کنگره ۱۳۹۲: ۳۶۶ ج ۸۷ RL

رده بندی دیویی: ۶۴۶/۷۲۶

شماره کتابشناسی ملی: ۳۲۲۰۲۵۰

تهران، خ انقلاب، خ فخر رزی، خ وحید نظری
پلاک ۸۲، طبقه ۲
۶۶۹۶۳۰۶۵

محراب علم
مراکز پخش و فروش
۰۹۱۹۴۹۰۷۰۴۹

«کلیه ی حقوق اعم از طرح جلد مطالب و ... محفوظ»
«و متعلق به مرکز پخش محراب علم می باشد»

نمایه مطالب

سخن ناشر	۹
نکته‌هایی باریک‌تر از مو در مورد بهداشت پوست	۱۱
ویتامین‌ها	۱۴
چگونه کرم را باید به صورت مالید	۱۹
دستورهایی برای تهیه کرم‌ها؛ ماسک‌ها و لوسیون‌های طبیعی ماسک	۱۹
انواع پوست	۲۰

پوست خشک

فرآورده‌های آرایشی مناسب برای پوست‌های خشک	۲۲
بخور پوست‌های خشک و حساس	۲۴
ماسک تخم مرغ برای پوست‌های خشک و حساس	۲۴
ماسک ضد چروک برای پوست‌های خشک	۲۵
ماسک خیار برای نرمی و خشکی پوست	۲۵
ماسک موز برای بهبود پوست‌های خشک	۲۵

پوست چرب

فرآورده‌های آرایشی مناسب پوست‌های چرب	۲۶
بخور گیاهی برای پوست چرب	۲۷
ماسک لیمو برای پوست‌های چرب	۲۸

پوست مختلط

فرآورده‌های آرایشی مخصوص پوست‌های مختلط	۲۹
بخور گیاهی برای پوست‌های مختلط	۳۰
ماسک قندوق برای پوست‌های مختلط	۳۱

پوست طبیعی

- ۳۱..... فرآورده‌های آرایشی مناسب پوست‌های معمولی
- ۳۲..... ماسک گیلان برای نرمی و شادابی پوست طبیعی
- ۳۲..... ماسک نارنج برای صافی و شادابی پوست طبیعی
- ۳۲..... ماسک آناناس برای لطافت و نرمی پوست طبیعی
- ۳۳..... ماسک سیب برای لطافت پوست‌های طبیعی
- ۳۳..... ماسک هلو برای خوشرنگی و لطافت پوست طبیعی
- ۳۴..... ماسک آناناس برای لطافت و نرمی پوست طبیعی

مراقبت از پوست

- ۳۶..... بهداشت پوست
- ۳۷..... دم کردن گیاهی
- ۳۸..... عصاره‌های خشک
- ۳۸..... ضمادها
- ۴۰..... محافظت کننده‌های طبیعی کرم‌های گیاهی
- ۴۰..... تعریف مواد آرایشی
- ۴۱..... آزمایش‌های حساسیت پوستی قبل از مصرف فرآورده‌های آرایشی
- ۴۰..... انواع مواد آرایشی از نظر فرمول
- ۴۳..... اشکال مختلف فرآورده‌های آرایشی
- ۴۶..... عوارض جانبی مواد آرایشی
- ۴۹..... انواع سایه چشم و عوارض آنها
- ۵۱..... سایه چشم و لنزهای تماسی
- ۵۲..... ریمل و انواع آن (Mascara)
- ۵۵..... مزه‌های مصنوعی
- ۵۷..... آرایش لب و انواع رژلب
- ۵۸..... عوارض جانبی رژلب
- ۶۰..... پیلینگ شیمیایی
- ۶۲..... رنگ مو
- ۶۳..... لاک ناخن

ماسک زیبایی قبل از آرایش ۶۴

شفافیت پوست

ماسک ضد لک و شفاف کننده پوست ۶۵

کرم شفاف کننده و جوان کننده پوست ۶۵

ماسک کدو برای شفافیت و زیبایی پوست صورت ۶۶

ماسک عسل و روغن بادام برای شفافیت پوست ۶۶

ماسک انار برای روشنایی و درخشندگی پوست ۶۶

ماسک آتیه و درخشانی رنگ چهره ۶۷

پاک کنندگی پوست

ماسک گیاهی برای تمیز کردن پوست ۶۸

کرم پاک کننده گیاهی ۶۸

شیر پاک کن سیب زمینی ۶۹

شیر پاک کن خیار ۶۹

شیر پاک کن هلو ۷۰

ماسک ماست و لیمو و روغن آفتابگردان برای تمیزی پوست ۷۰

شاداب کننده پوست

ماسک شاداب کننده پوست ۷۱

ماسک عسل و جو برای شادابی و طراوت پوست ۷۱

ماسک سیب و عسل برای شادابی پوست ۷۱

ماسک موز و توت فرنگی برای طراوت پوست ۷۲

برطرف کننده لکه ها، جوش های سرسیاه و کک و مک

لوسیون برطرف کننده لکه های پوست ۷۳

ماسک پیاز برای برطرف شدن لکه های صورت ۷۳

ماسک جوانه گندم جهت جوش های سرسیاه و لکه های صورت ۷۳

ماسک خیار و از بین بردن لکه های رنگی پوست ۷۴

ماسک جعفری برای جلوگیری از لکه لکه شدن پوست در دوران بارداری ۷۴

ماسک خربزه برای برطرف شدن لکه های پوست صورت ۷۵

بخور ضد جوش های سرسیاه ۷۵

- لوسیون از بین برنده جوش‌های سرسیاه ۷۶
- ماسک زیبا کننده و از بین برنده جوش‌های سر سیاه ۷۶
- ماسک لیمو ترش برای جوش‌های سر سیاه ۷۶
- ماسک انگور برای رفع کک و مک و لک‌های دوران حاملگی ۷۷
- محلول از بین برنده کک و مک صورت ۷۷
- ماسک ریواس و درمان کک و مک پوستی ۷۸
- ماسک زیتون و زرده تخم مرغ برای رفع خستگی و کک و مک پوست ۷۸
- ماسک گوجه فرنگی برای رفع کک و مک پوست ۷۸
- ماسک پوست هندوانه برای درمان کک و مک ۷۹

رفع چین و چروک صورت

- رسیدگی به پوست‌های چین و چروک دار ۸۰
- ماسک ضد چروک ژلاتین ۸۰
- ماسک آووکادو برای جلوگیری و رفع چین و چروک پوست ۸۱
- لوسیون پوست «به» برای رفع چین و چروک پوست ۸۱
- ماسک پرتقال برای لطافت و شفافیت پوست و جلوگیری از چین و چروک ۸۲
- ماسک توت فرنگی برای از بین بردن چین و چروک پوست ۸۲
- ماسک خیار برای از بین بردن چین و چروک پوست ۸۳
- ماسک آب سیب برای رفع چین و چروک صورت ۸۳
- ماسک لیمو و آرد جو برای رفع چین و چروک پوست ۸۳

پوست اطراف چشم

- محلول رفع تیرگی دور چشم ۸۴
- کمپرس برای رفع خستگی و پف چشم‌ها ۸۴
- ماسک رفع چروک زیر چشم زیتون ۸۵
- ژل بهبود دهنده برای کوفتگی اطراف چشم‌ها ۸۵

جوش و آکنه

- جوش غرور جوانی ۸۶
- کرم گندم، تمیز کننده جوش (آکنه) ۸۶
- گوجه فرنگی برای طراوت پوست‌های مبتلا به آکنه ۸۷

- ماسک سیب زمینی و لیموترش برای رفع آکنه..... ۸۷
- ماسک شیر و عسل برای درمان آلودگی‌های پوستی و آکنه..... ۸۷
- ماسک عسل و توت فرنگی و رفع جوش و آکنه‌های پوست..... ۸۸
- ماسک آناناس و روغن آفتابگردان برای بهبود جوش‌های غرور..... ۸۸
- ماسک جعفری و رفع جوش‌های پوست..... ۸۹
- ماسک خیار برای رفع جوش‌های پوست..... ۸۹
- ماسک لیموترش برای درمان جوش‌های قرمز..... ۸۹
- ماسک پیاز برای برطرف کردن جوش‌های قرمز پوست..... ۹۰
- ماسک هویج و بهبود جوش‌ها و شلی پوست..... ۹۰
- ماسک آناناس و روغن آفتابگردان برای بهبود جوش‌های غرور..... ۹۱
- پوست‌های خسته**

- ماسک ماست و آب پرتقال برای بهبود پوست‌های خسته..... ۹۱
- ماسک عسل، زرده تخم مرغ و گلیسرین و رفع خستگی پوست..... ۹۲
- ماسک موز و عسل برای چهره‌های خسته و بی‌خواب سه بار در هفته..... ۹۲

راه حل تخصصی برای کسانی که زیبایی پوست خود را از دست داده‌اند

- ماسک تخم خیار، تخم کدو و تخم خربزه برای تقویت و زیبایی پوست..... ۹۳
- ماسک زردآلو برای بهبود پوست‌های با منافذ زیاد..... ۸۳
- ماسک توت فرنگی برای نرمی و لطافت پوست صورت..... ۹۴
- ماسک روغن زیتون برای برنزه کردن پوست..... ۹۴
- ماسک گوجه فرنگی..... ۹۵
- ماسک توت فرنگی..... ۹۵
- ماسک ماست..... ۹۵
- ماسک هویج..... ۹۶
- ماسک خرمالو..... ۹۶
- ماسک عسل..... ۹۶
- ماسک هلو..... ۹۶
- لوسیون پرتقال..... ۹۶
- حمام سرد و زل خنک کننده برای بهبود آفتاب سوختگی..... ۹۷

- ۹۸ حمام داغ برای بهبود سرمازدگی.
- ۹۸ لوسیون زیبا کننده دست‌ها.
- ۹۹ لوسیون آروماتیک برای درمان کچلی پوست سر.
- ۱۰۰ اسانس‌ها چه ترکیباتی هستند؟
- ۱۰۱ مرهم اسانس بایونه برای لب‌های ترک‌دار.
- ۱۰۲ محلول موضعی برای درمان جریان ضعیف خون.
- ۱۰۳ استفاده از اسانس‌ها برای مراقبت از پاها.
- ۱۰۴ منابع و مأخذ.