

به نام خالق زیبایی‌ها

ماسک‌های صورت

زهرا السادات حسینی اخگر

حسینی اخگر، زهرالسادات، ۱۳۵۷

ماسک‌های صورت / زهرالسادات حسینی اخگر - قم: فخر دین: lin.d

۱۳۹۰/۱/۷

۷۲ ص ۱۲۰۰۰ ریال ۴-۲-۹۱۳۸۱-۶۰۰-۹۷۸ ISBN

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.

۱. صورت - بهداشت ۲. زیبایی شخصی ۳. پوست - بهداشت

الف. عنوان RA۷۷۸/ح۵م۲ ۶۴۶/۷۲۶

کتابخانه ملی ایران ۶۴۶۷۲۶

شناسنامه کتاب:

نام کتاب:	ماسک‌های صورت
ناشر:	فخر دین
مؤلف:	زهرالسادات حسینی اخگر
ناظر کیفی:	مریم شفیعی پور (آرایشگاه مزده)
ناظر چاپ:	حامد خدایی
تیراژ:	۵۰۰۰ جلد
نوبت چاپ:	اول ۱۳۹۰
قیمت:	۱۲۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۳۸۱-۴-۲

لیتوگرافی: آل یاسین ۰۹۱۷۳۵۱۵۶۱۹

مرکز پخش کتاب حامد

قم- خیابان انقلاب- انقلاب ۱۶- پلاک ۱۵۲

تلفن: ۰۲۵۱-۷۷۲۳۹۰۵

فهرست مطالب

۹.....	مقدمه
۱۰.....	روش صحیح ماسک زدن
۱۳.....	بخش اول ماسک‌های میوه‌ای
۱۵.....	ماسک هویج برای پوست خشک
۱۵.....	ماسک هلو برای پوست خشک
۱۶.....	ماسک خیار برای پوست خشک
۱۶.....	ماسک هلو برای نرم کننده پوست
۱۷.....	ماسک خرمالو برای پوست خشک
۱۷.....	ماسک خیار برای پوست خشک
۱۷.....	ماسک اسفناج برای پوست حساس
۱۸.....	ماسک هویج زیبا کننده پوست
۱۸.....	ماسک توت‌فرنگی برای پوست چرب
۱۹.....	ماسک موز برای پوست خشک
۱۹.....	ماسک سیب برای پوست خشک

- ۲۰..... ماسک هلو
- ۲۰..... ماسک گیلان برای پوست معمولی
- ۲۰..... ماسک زرد آلو برای منافذ باز
- ۲۱..... ماسک پرتقال برای پوست معمولی
- ۲۱..... ماسک آناناس
- ۲۱..... ماسک آلو قرمز برای پوست چرب
- ۲۲..... ماسک کاهو
- ۲۲..... ماسک گلابی برای پوست چرب
- ۲۲..... ماسک مخلوط میوه
- ۲۳..... ماسک سیب و انگور برای شادابی
- ۲۳..... ماسک لیموترش
- ۲۳..... ماسک هویج
- ۲۴..... ماسک کدو حلوایی
- ۲۴..... ماسک پرتقال و لیمو
- ۲۴..... ماسک خیار
- ۲۴..... ماسک سیب
- ۲۴..... ماسک گوجه فرنگی
- ۲۴..... ماسک کنگر
- ۲۵..... کرم هلو
- ۲۵..... کرم مرطوب کننده هندوانه
- ۲۷..... بخش دوم ماسک‌های ضد چین و چروک
- ۲۹..... چین و چروک زیر چشم و صورت
- ۳۰..... ماسک برای صورت پرچین و چروک

- ۳۰..... کرم ضد چروک مایونز
- ۳۰..... ماسک سیب زمینی
- ۳۱..... ماسک لیموترش برای رفع شلی و چروک
- ۳۱..... ماسک پیاز برای رفع چروک و زیبا کننده
- ۳۲..... ماسک گوجه فرنگی
- ۳۲..... ماسک روغن ماهی
- ۳۳..... ماسک آرد جو
- ۳۳..... ماسک سفیده تخم مرغ
- ۳۳..... ماسک مخمر آب جو
- ۳۴..... ماسک روغن بادام شیرین
- ۳۴..... ماسک های ساده دیگر
- ۳۵..... ماسک طراوت بخش
- ۳۵..... ماسک مرطوب کننده
- ۳۵..... ماسک ملکه ویکتوریا
- ۳۶..... ماسک رازیانه
- ۳۷..... ماسک گل بنفشه
- ۳۷..... روشی برای چروک اطراف چشم
- ۳۷..... چند ماسک برای رفع چروک زیر چشم
- ۳۸..... ماسک سفیده تخم مرغ برای چروک چشم
- ۳۹..... بخش سوم ماسک های جوش صورت
- ۴۱..... ماسک عسل
- ۴۱..... ماسک پرتقال
- ۴۲..... ماسک پیاز

- ۴۲..... ماسک دیگر عسل
- ۴۲..... ماسک لیمو
- ۴۳..... ماسک شیر
- ۴۴..... ماسک گل ختمی
- ۴۴..... ماسک ریواس
- ۴۴..... چند ماسک دیگر
- ۴۵..... نسخه‌های سنتی
- ۴۵..... ماسک‌های گلی
- ۴۵..... چند ماسک برای لک صورت
- ۴۶..... چند ماسک برای کک و مک
- ۴۷..... بخش چهارم ماسک‌های دیگر
- ۴۹..... الف: ماسک برای پوست‌های خشک
- ۴۹..... ماسک زرده تخم مرغ
- ۵۰..... ماسک شیر
- ۵۰..... ماسک جو
- ۵۱..... ماسک دیگر زرده تخم مرغ
- ۵۱..... چند ماسک دیگر
- ۵۲..... ماسک عسل
- ۵۲..... ماسک شیره کلم
- ۵۲..... ماسک نارگیل
- ۵۲..... ب: ماسک‌های پوست چرب
- ۵۲..... ماسک سفیده تخم مرغ
- ۵۳..... ماسک دیگر سفیده تخم مرغ

۵۳	ماسک ماست
۵۴	ماسک آرد سیب زمینی
۵۴	چند ماسک دیگر
۵۴	ماسک مخصوص
۵۵	ماسک عسل
۵۵	ماسک کرفس
۵۶	روش هایی برای زیبایی پوست چرب
۵۷	ج: ماسک های پوست معمولی
۵۷	ماسک زرده تخم مرغ
۵۷	ماسک جعفری
۵۷	ماسک آووکادو
۵۸	ماسک ماست
۵۸	د: ماسک های شاداب کننده
۵۸	ماسک عسل
۵۹	روش های شفاف کردن
۶۱	روش های نرم کردن
۶۲	ماسک رفع خستگی صورت
۶۲	ماسک مرطوب کننده
۶۳	ماسک نعناع
۶۳	ماسک های زیبایی با عسل
۶۴	ه: ماسک منافذ باز پوست
۶۴	ماسک گلاب

- ۶۴.....ماسک عسل
- ۶۴.....چند ماسک برای تنگ کردن منافذ
- ۶۶.....و: ماسک پیش از مهمانی
- ۶۷.....ماسک‌های فوری قبل از مهمانی
- ۶۷.....روش گلگون کردن
- ۶۷.....روش پاک کردن آرایش و جرم‌ها
- ۶۸.....ز: زیبایی پلک و اطراف چشم
- ۶۸.....نسخه‌هایی جهت تورم چشم
- ۶۹.....ماسک رفع تیرگی زیر چشم
- ۶۹.....ح: حمام با میوه‌ها و گیاهان
- ۶۹.....حمام بابونه
- ۷۰.....حمام مریم گلی
- ۷۰.....حمام توت فرنگی
- ۷۰.....حمام برگ اسطوخودوس
- ۷۱.....حمام جوانه گندم
- ۷۱.....حمام با عسل

مقدمه

کتابی که در دست دارید کتب جامع و کاملی است که شما را در زیباتر نمودن پوست تان کمک می‌کند تا نسبت به سن خود جوان‌تر و زیباتر به نظر برسید.

راهکارهای ارائه شده در این کتاب شامل استفاده از گیاهان و مواد ارزان قیمتی است که به راحتی قابل تهیه می‌باشد.

اکثر افراد در طول روز از نور آفتاب بهره‌مند هستند. هر چند تا حدی نور آفتاب خوب است، ولی مانند زیاد در زیر آفتاب باعث کدر شدن و اختلالات پوستی می‌شود. استفاده به موقع از ضد آفتاب باعث می‌شود پوست شادابی داشته باشید.

مشکل‌سازترین چیزی که همه افراد جهان با آن مواجه هستند چین و چروک صورت است. پوست به علت ساختمان پیچیده‌ای که دارد، با معضلاتی مواجه می‌شود و تحت تاثیر قرار می‌گیرد. نگهداری و توجه به موقع (خوردن مایعات مخصوصا آب و میوه و سبزیجات) تاثیر زیادی در سلامت و زیبایی پوست بر جای می‌گذارد.

سلامتی و زیبایی حق همه انسانهاست. بنابراین باید از موادی که در طبیعت وجود دارد استفاده کرد تا به نتیجه دلخواه رسید.

زهرالسادات حسینی اخگر