

روش های پاکسازی پوست صورت

www.ketab.ir



شماره کتابشناسی

05662-1:

تیراژ : ۵۰۰ جلد

۶	 مقدمه
۷	 ۱. بخوردادن صورت
۸	 ۲. ماسک شکر
۹	 ۳. ماسک گل رخت شویی
۱۰	 ۴. ماسک غسل
۱۱	 ۵. ماسک لیمو ترش
۱۲	 ۶. ماسک جوش شیرین
۱۳	 ۷. ماسک تخم مرغ
۱۴	 ۸. ماسک جودوسر
۱۵	 ۹. ماسک جعفری
۱۶	 ۱۰. ماسک روغن نارگیل
۱۷	 ۱۱. ماسک نعناع
۱۸	 ۱۲. ماسک زردچوبه
۱۹	 ۱۳. ماسک آلوئه ورا
۲۰	 ۱۴. ماسک خیار

۱۵. ماسک پاپایا ۲۱
۱۶. ماسک گردو ۲۲
۱۷. ماسک دارچین و عسل ۲۳
۱۸. ماسک ماست ۲۴
۱۹. ماسک روغن درخت چای ۲۵
۲۰. ماسک سیب ۲۶
۲۱. ماسک آب گوجه فرنگ ۲۷
۲۲. ماسک خاک رنک پ ۲۸
۲۳. ماسک صورت پودر حردل ۲۹
۲۴. ماسک صورت چریش ۳۰
۲۵. ماسک شنبلیله ۳۱
۲۶. ماسک آرد برنج ۳۲
۲۷. ماسک آب و یخ ۳۳
۲۸. ماسک سیب زمینی ۳۳
۲۹. رژیم غذایی سالم ۳۴

منافذ پوست شما می‌تواند با چربی، سلول‌های خشک یا مرده پر شده و همه روزه با آلودگی و انواع کثیفی مسدود شود. گاهی هم به دلیل زیادبودن گلبول‌های سفید خون، پوست متورم و این منافذ مسدود می‌شود. بهترین راه برای خلاصی از مسدودشدن منافذ پوست، داشتن یک رژیم روزانه‌ی مناسب برای مراقبت از پوست است. لایه برداری‌های منظم پوست، سلول‌های مرده، چربی، آلودگی و سایر ناپاک‌های را که منجر به مسدودشدن منافذ آن می‌شود، از بین می‌برد. هم‌چنین بسیاری از درمان‌های خانگی به شما کمک می‌کند که از دست این منافذ بسته خلاص شوید. این است: پوستی نرم و شاداب لذت ببرید.

برای پاکسازی پوست، روش‌های مختلفی وجود دارد، اما درمان‌های خانگی همواره یکی از بهترین روش‌هاست که عوارض جانبی کمتری نیز دارد. در این کتاب به طور جامع راه‌هایی که برای از بین بردن منافذ مسدود پوست موثر است را برای شما عزیزان معرفی می‌کنم.

فرشته قائد امینی

