

วิธีลดความมันบริเวณรอบจมูก

🕒 **นำเสนอเมื่อ** 13 ต.ค. 2555

Q : ผิวบริเวณจมูกมักจะมันเยิ้มได้ง่ายมาก แถมยังมีสิิวหัวดำขึ้นมาบ่อย ๆ
หมั้นทำความสะอาดผิวหน้าเป็นอย่างดีแล้วก็ไม่หาย ทำยังไงดี?

A : มีปัจจัยหลายอย่างที่ทำให้ผิวบริเวณนั้นผลิตน้ำมันออกมามากเกินไป ทั้งสภาพอากาศ สิ่งแวดล้อม และรอบเดือน บางครั้งการกินอาหารที่มีประโยชน์ และการทำความสะอาดผิวหน้าเป็นประจำก็ยังไม่พอ คุณจำเป็นต้องทำความสะอาดอย่างล้ำลึกสัปดาห์ละครั้ง ด้วยมาสก์ที่มีขายตามเคาน์เตอร์ทั่วไป หรืออาจลองปรุงมาสก์พอกหน้าดำรับทำเอง

ขั้นแรกผสมข้าวโอ๊ต 2 ช้อนโต๊ะเข้ากับน้ำนม เติมน้ำมัน 4 ช้อนโต๊ะ คนส่วนผสมทั้งสองอย่างให้เข้ากันจนมีลักษณะเป็นเนื้อครีมขุ่น ๆ นำมาพอกหน้า และล้าคอกทิ้งไว้ 15 - 20 นาที หลังจากนั้นเช็ดออกด้วยผ้าขนหนูนุ่ม ๆ ชุบน้ำอุ่นแล้วบิดให้แห้งหมาด ๆ ตามด้วยน้ำสะอาด และตบท้ายด้วยน้ำเย็นเพื่อช่วยกระชับรูขุมขน

ขอบคุณที่มาจาก [นิตยสาร Lisa](#)