ถั่วเขียวขจัดรอยด่างดำ

นำเสนอเมื่อ : 13 ก.ค. 2553

ถั่วเขียวขจัดรอยด่างดำ

ไม่ว่าจะเป็นรอยด่างดำจากการบีบสิว หรือจากการต้องออกแดดบ่อย ๆ รวมไปถึงรอยแผลที่เกิดจากผื่นคันตามร่างกาย เหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งที่ไม่น่าพิสมัยสำหรับผิวเนียนใสของสาว ๆ อย่างแน่นอน

แต่จะมีวิธีไหนล่ะ ที่จะทำให้รอยด่างดำเหล่านี้หายไป โดยไม่เกิดผลข้างเคียง และที่สำคัญ คือ ประหยัด

คำตอบของคำถามนี้ก็คือ ถั่วเขียว เพราะนอกจากถั่วเขียวจะเป็นอาหารที่ทานแล้ว สามารถเยียวยาสารพัดอาการได้แล้ว ยังนำมาทาเป็นยาบำรุงผิวเพื่อลบรอยด่างดำให้จางหายไปได้อีกด้วยถั่วเขียว

วิธีการก็ง่าย ๆ เลยดังนี้

1. เตรียมส่วนผสมให้ครบครัน ได้แก่ ถั่วเขียว 3 ช้อนโต๊ะ มันฝรั่ง 1 หัว น้ำมันมะกอก 2 ช้อนชา

2. นำถั่วเขียวและมันฝรั่งมาล้างให้สะอาด แล้วนำไปต้มจน สุก แต่ไม่ต้องถึงกับเปื่อย จากนั้นนำถั่วเขียวและเนื้อมันฝรั่งที่ได้มาบดรวมกัน โดยไม่ต้องให้ละเอียดนัก เติมน้ำมันมะกอกลงไป ผสมจนเข้ากันดี

3. นำส่วนผสมที่ได้มาขัดผิวกาย โดยเฉพาะบริเวณที่มีจุดด่างดำ โดยใช้เวลาขัดประมาณ 5 นาที ส่วนผสมที่มีเนื้อและเปลือกถั่วเขียวที่บดหยาบ ๆ ผสมกับเส้นใยของมันฝรั่งบด จะช่วยขัดเซลล์ผิวที่ตายแล้วออกไป ช่วยในการผลัดเซลล์ผิวใหม่ที่สดใสกว่าเดิม

4. เมื่อขัดเสร็จแล้ว ก็ให้ไปอาบน้ำ หรือล้างออกด้วยสบู่ และควรทำเช่นนี้ทุกสัปดาห์ รอยด่างดำจะค่อย ๆ เลือนหายไป

ขอบคุณที่มาจาก (First Magazine)