สูตรสวยด้วย "น้ำผึ้ง"

นำเสนอเมื่อ : 16 เม.ย. 2552

สูตรสวยด้วย "น้ำผึ้ง"

พอกหน้าดีจริงหรือ?

บางคนอาจสงสัยอยู่ว่า ทำไมต้องคะยั้นคะยอให้วัยรุ่นอย่างเรา ๆ ต้องมานั่งพอกหน้าด้วยล่ะ ก็เพราะการพอกหน้า เป็นเรื่องดีเยี่ยม จะช่วยทำให้การหมุนเวียนโลหิตดีขึ้น ทำให้สีผิวดีขึ้นทั้งยังขจัดน้ำมันรอยสกปรกและเซลล์ที่ตายแล้วออกไปด้วย

การพอกหน้าหรือการนวดหน้านั้น นอกจากจะทำให้ใบหน้าดูดีขึ้นแล้ว ยังเป็นการพักผ่อนที่ดีอีกด้วย ยิ่งได้สูตรพอกหน้า ที่มาจากธรรมชาติด้วยแล้ว จะยิ่งทำให้ผิวพรรณ ได้รับสารอาหารอย่างเต็มที่ และเสี่ยงต่อการแพ้ได้น้อยกว่าอีกด้วย

แล้วทำไมต้องเป็นน้ำผึ้งด้วยล่ะ?

จริง ๆ แล้วสมุนไพรต่าง ๆ สามารถนำมาใช้พอกหน้าได้ทั้งนั้นล่ะค่ะ แต่น้ำผึ้งเนี่ยนิยมมากที่สุดที่จะใช้เป็นส่วนผสมของครีมพอกหน้า เพราะนอกจากจะหาซื้อได้ง่ายแล้ว น้ำผึ้งยังเป็นสิ่งที่ใช้ล้างหน้าและให้ความชุ่มชื้นแก่ผิวหนังได้ดี และยังช่วยทำความสะอาดรูขุมขน บนใบหน้า จนสามารถรู้สึกได้ว่าหน้าตึงออนนุ่มและช่วยขจัดรอยสิวเสี้ยนดำ ๆ ด้วยคะ

ทีนี้มาดูกันเลยค่ะว่า เจ้าน้ำผึ้งขวดเดียวเนี่ย มันสามารถนำมาเป็นสูตรพอกหน้าได้กี่รูปแบบ แต่ขอแนะนำเลยคะว่าทุกสูตรที่นำมาเสนอนี้ เพื่อน ๆ สามารถนำมาพอกหน้าได้ตามสบาย แล้วแต่ใครจะเลือกชอบสูตรไหน แต่ต้องอย่าลืม ทำความสะอาดใบหน้าก่อนทำนะคะ

สวยด้วยน้ำผึ้งกับกล้วยหอม

ส่วนผสม กล้วยหอมครึ่งผล น้ำผึ้งแท้ 2-3 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ นำกล้วยหอมมาปั่นหรือบด รวมกับน้ำผึ้งแท้จนละเอียด รวมเป็นเนื้อเดียวกัน แล้วนำมาพอกหน้าโดยพอกทิ้งไว้ประมาณ 15-20 นาที จึงล้างออกด้วยน้ำสะอาด จะรู้สึกว่าผิวหน้าดูนุ่มนวลและสดใสขึ้น

เชื่อหรือไม่ : เชื่อเถอะค่ะว่าสูตรนี้เหมาะกับสาวผิวแห้งเป็นอย่างยิ่ง โดยมีเคล็ดลับการพอกหน้าสูตรนี้อยู่ว่าให้ทาบาง ๆ เบา ๆ เป็นวงกลมให้ทั่วหน้า แต่ไม่แตะต้องบริเวณผิวบอบบางรอบดวงตา จะช่วยให้ผิวที่แห้งเป็นขุยกลับนุ่มชุ่มชื้นขึ้นเยอะเลยค่ะ

ไข่กับน้ำผึ้ง

ส่วนผสม ไข่แดง 1 ฟอง, น้ำผึ้ง 1 ช้อนชา

วิธีทำ นำไข่แดงมาผสมกับน้ำผึ้งตามอัตราส่วนดังกล่าว แต่ถ้ามีปริมาณความเข้มข้นของส่วนผสมมากเกินไปก็เติมน้ำลงไปอีก 2-3 หยด แล้วจึงนำมาพอกหน้าและทิ้งไว้ 15 นาที จากนั้นใช้น้ำอุ่น ๆ ล้างหน้าให้สะอาด ออ! อย่าลืมทาบริเวณคอด้วยละ

เชื่อหรือไม่ : ขอบอกเลยค่ะว่าสูตรนี้เหมาะสมมาก สำหรับสาวที่มีผิวแห้งถึงแห้งมากที่สุด เพราะคุณค่าของโปรตีนจากไข่แดง เมื่อนำมาผสมกับน้ำผึ้ง มันจะช่วยให้ผิวหน้าไม่แห้งตึง พร้อมกับมีความยืดหยุ่นดีขึ้นอีกต่างหาก

แอปเปิ้ลกับน้ำผึ้ง

ส่วนผสม แอปเปิ้ลผลไม้ใหญ่นัก 1 ลูก, น้ำผึ้ง 1 ช้อนโต๊ะ, นมพร่องไขมัน 1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ นำแอปเปิ้ลมาใส่เครื่องปั่น เหยาะน้ำผึ้งกับนมพร่องไขมัน แล้วใช้ส่วนผสมนี้ นวดให้ทั่วใบหน้าและทิ้งไว้ 20 นาที จากนั้นใช้น้ำอุ่นล้างออกให้หมด

เชื่อหรือไม่ : สำหรับสูตรที่ 3 นี้สามารถช่วยให้สาวผิวผสมที่มีรูปขุมขนกว้าง กลับมีผิวหน้าที่กระชับและเนียนเรียบขึ้น

มะนาวกับน้ำผึ้ง

ส่วนผสม มะนาว 1 ผล, น้ำผึ้งแท้ 2-3 ช้อนโต๊ะ, น้ำเดือด 2 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ ละลายน้ำผึ้งในน้ำเดือด จากนั้นเติมมะนาวลงไป ผสมเข้าเป็นเนื้อเดียวกัน ทาบาง ๆ ทั่วใบหน้าโดยทิ้งไว้ประมาณ 10-15 นาทีแล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด

เชื่อหรือไม่ : เชื่อมั๊ยค่ะว่าสูตรนี้เหมาะกับสาวผิวผสมมากค่ะ และที่สำคัญมันจะทำให้ผิวหน้าขาวเนียนสดใสและเต่งตึงขึ้นทันตาเห็นเลยค่ะ

ส้มกับน้ำผึ้ง

ส่วนผสม ส้ม 1 ผล, น้ำผึ้งแท้ 2-3 ช้อนโต๊ะ, ดินสอพอง 3 เม็ด

วิธีทำ นำดินสอพองมาบดให้ละเอียด เติมน้ำส้มคั้นและน้ำผึ้งแท้ลงไป คนจนรวมเป็นเนื้อเดียวกันแล้วนำมาพอกหน้าโดยพอกทิ้งไว้ประมาณ 10-15 นาที จึงล้างออกด้วยน้ำสะอาดจะรู้สึกถึงความเปล่งปลั่งและนุ่มนวลของใบหน้า จะรู้สึกว่าผิวหน้าชุ่มชื้นและนวลเนียนสดใส

เชื่อหรือไม่ : เมื่อล้างหน้าออกจนหมดแล้วสิ่งที่ผิวของเพื่อน ๆ จะได้รับก็คือความนุ่มนวลและดูสดใสเปล่งปลั่งของใบหน้า และถ้าให้ดีขึ้นไปอีกลองทำครีมพอกหน้าสูตรนี้ไว้ใช้เป็นประจำสิคะ รับรองว่าผิวพรรณจะชุ่มชื้นและนวลเนียนสดใสจนเป็นสีชมพูเชียวละ

แครอทกับน้ำผึ้ง

ส่วนผสม แครอท 1 หัวเล็ก, น้ำผึ้งแท้ 2-3 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ นำแครอทมาล้างน้ำให้สะอาดและหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ปั่นรวมกับน้ำผึ้งแทจนละเอียดรวมเป็นเนื้อเดียวกัน นำมาพอกหน้าโดยพอกทิ้งไว้ 15-20 นาที ล้างออกด้วยน้ำสะอาด

เชื่อหรือไม่ : สูตรเนี๊ยะนะคะถ้าได้ทำเป็นประจำ จะช่วยลดรอยแผลเป็นและจุดด่างดำต่าง ๆ บนใบหน้าให้เกลี้ยงเนียนใส อีกทั้งยังช่วยให้ผิวพรรณไร้รอยหมองคล้ำ และทำให้ผิวหน้าขาวกว่าเดิมด้วยค่ะ

ยอดตำลึงกับน้ำผึ้ง

[redacted] สวนผสม แครอท 1 หัวเล็ก, น้ำผึ้งแท้ 2-3 ช้อนโต๊ะ

[redacted] วิธีทำ นำแครอทมาล้างน้ำให้สะอาดและหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ปั่นรวมกับน้ำผึ้งแทจนละเอียดรวมเป็นเนื้อเดียวกัน นำมาพอกหน้าโดยพอกทิ้งไว้ 15-20 นาที ลางออกดวยน้ำสะอาด

[redacted] เชื่อหรือไม่ : สูตรเนี๊ยะนะคะถ้าได้ทำเป็นประจำ จะช่วยลดรอยแผลเป็นและจุดดางดำตาง ๆ บนใบหนาใหเกลี้ยงเนียนใส อีกทั้งยังชวยใหผิวพรรณไรรอยหมองคล้ำ และทำใหผิวหนาขาวกวาเดิมด้วยค่ะ

[redacted]

ขอบคุณที่มาข้อมูล*www.pooyingnaka.com*