

นิสัยต้องห้าม....สำหรับสาวรักสวย

นำเสนอเมื่อ : 11 พ.ค. 2552

คุณผู้หญิงทั้งหลายทราบหรือไม่คะ ศัตรูตัวฉกาจของความงาม จริง ๆ แล้ว มันก็คือนิสัยเสีย ๆ บางอย่างของคุณสาว ๆ นั่นเองแหละ มาดูกันเลยว่า นิสัยที่ทำไมดีต่อความงามนั้น มีอะไรบ้าง แล้วคุณมีนิสัยแบบนี้บ่อยสักกี่ข้อ

✖ ขอบขมวดคิ้วและชักสีหน้า : ก็นี่นะ เป็นสาเหตุสำคัญของรอยเหี่ยวย่นเลยนะ ถาดอนยังเป็นวัยรุ่นน่ะนะ คงไม่รู้สึกรำไรไร แต่ถาดอนนี้คุณถึงวัยปลายยี่สิบ หรือย่างเข้าเลยสามแล้วละก็ ลองไปย่นชักสีหน้า หรือขมวดคิ้วหนากระจุยดูสิ แล้วจะตกใจ

✖ เลียปาก : นอกจากจะเป็นบุคคลิกที่ดูจะไม่ค่อยงามแล้ว มันยังทำให้ปากเราแห้งด้วย เพราะหลังจากเลียแห้งแล้ว มันจะดูดความชื้นจากริมฝีปาก ลิปมันที่ทาเพื่อปกป้องความชุ่มชื้นและแสงแดด ก็จะมีหมดไปแล้วนำลายยังไปสร้างสารบางอย่างที่ช่วยดูดแสงแดดเข้าไปมากขึ้นอีกล่ะคะ

✖ ขยี้ตา : ก็ผิวรอบดวงตานะบอบบางมาก การขยี้ตบ่อย ๆ จะทำให้ริ้วรอยก่อตัวขึ้นมาได้อย่างรวดเร็ว

✖ ใช้มอยเจอร์ไรเซอร์บำรุงผิวหน้าขวดเดียว : ก็ขวดเดียวมันจะไปพออะไรล่ะคะ ยิ่งถ้าวัน ๆ ต้องเจอมลพิษนานาแบบ อีกทั้งกลางวันกลางคืน ก็มีความแตกต่างกัน อย่างน้อยครีมสำหรับกลางวันและกลางคืนก็สมควรจะใช้ขวดเดียวกันแล้วละคะ

✖ กัดเล็บ และปล่อยมือแหว่ง : การกัดเล็บเนี่ย นอกจากจะบ่งบอกบุคลิกภาพที่ไม่มีความมั่นใจแล้ว ยังสกปรก และทำให้เล็บอ่อนแอด้วย เล็บก็จะหลุด ๆ ไม่สวย ซึ่งเราไม่ควรมองข้ามเลยนะคะ มือเนี่ย เป็นสิ่งที่สังเกตเห็นกันได้ง่าย แลในแต่ละวันนะ เราก็ใช้มือบ่อยชะดวย และใครที่มัวแต่ใช้ครีมบำรุงผิวหน้าจนลืมมือมือเนี่ย ก็ช่วยให้เวลากับมือสักหน่อยนะคะ เพราะถาหน้าแดงแต่มือเหี่ยวนะ มันก็ดูเหมือนแต่งตัวไม่เสร็จจ่ะแหละ

✖ แปรงผมตอนที่ผมเปียก : ถือว่าเป็นการทำร้ายผมอย่างรุนแรงเลยเชียวหละ ใครที่ชอบทำแบบนี้ ขอให้เขาใจเสียใหม่วา ผมแห้งนะเพราะบางกว่าผมเปียกถึง 30% เลยนะ

✖ ห่อไหล่ : การห่อไหล่ด้วยการนั่งทำงานอยู่กับโต๊ะทั้งวันทั้งคืน กล้ามเนื้อไหล่และคอจะเกร็งและตึงเครียด ซึ่งอาจจะก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพเรื้อรังตามมาได้นะ

✖ บีบสิ่ว : สาว ๆ หลาย ๆ คนเห็นเป็นทุนไม่ได้ มันกวนใจจริง ๆ ใครต่อใครก็บอกบอกกันมา อายาบิบนะ แต่มีมันก็ช่างไม่ฟังเอาเสียเลย ใครมีปัญหานี้ ต้องตระหนักถึงข้อเท็จจริงก่อนว่า ถาคุณไปบีบมัน อายุของมันจะยืดยาวอยู่บนหน้าของคุณนานยิ่งขึ้นไปอีก และอาจจะทำให้เป็นแผลเป็นเลยก็ได้ ทางที่ดีเราต้องยับยั้งชั่งใจดีกว่านะ

✖ เกาแผลยุ้งกิด : ยุ้งกิด ก็มันคัน ยิ่งเกา ยิ่งมัน ยิ่งคันเข้าไปใหญ่ เกาไปเกามาเลือดซิบ และบางทีก็ติดเป็นแผลเป็นไปตลอดชีวิตเลย คิดดูเถอะว่า ถาบนตัวคุณมีแต่ลายแผลยุ้งกิดนะ มันจะเย็นชขาดไหน

เอาละนิสัยไม่ดีหลายอย่างนี้ เลิกให้เร็วที่สุดก็ยิ่งจะเป็นผลดีต่อความงามของคุณเองนะคะ

