

چگونه کرم مرطوب کننده خانگی بسازیم؟

کرم مرطوب کننده پوست صورت و بدن را با استفاده از مواد طبیعی و ترکیبات گیاهی و بدون فاربین تهیه کنید تا علاوه بر نرمی و لطافت پوست، راهی برای تقویت و جوانی آن را فراهم کنید.

به گزارش سایت خبری پرسون، کرم های مرطوب کننده یکی از مهم ترین محصولات مراقبت پوستی به شمار میروند که باعث رطوبت رسانی و نرمی پوست میشوند اما به دلیل قیمت های بالایی که دارند تهیه آنها برای همه ممکن نیست. به همین دلیل بهتر است از کرم های مرطوب کننده خانگی استفاده شود که درست کردن آنها کار سختی نیست. در ادامه طرز تهیه کرم مرطوب کننده را آموزش خواهیم داد.

طرز تهیه کرم مرطوب کننده آلوئه ورا

مواد لازم برای تهیه کرم مرطوب کننده آلوئه ورا

ژل آلوئه ورا تازه
روغن خالص نارگیل
روغن گیاهی معطر مثل روغن اسطوخودوس یا روغن نعناع (اختیاری)
کاسه برای مخلوط کردن
پیمانه و قاشق اندازه گیری
مخلوط کن یا میکسر
همزن دستی یا برقی
ظرف مناسبی برای نگهداری لوسیون

مراحل تهیه:

یک برگ کوچک آلوئه ورا را برداشته و با قاشق ژل داخل آن را خالی کنید و درون مخلوط کن بریزید و با دور تند چند دقیقه اجازه دهید تا به خوبی یکدست شود. نصف پیمانه روغن نارگیل جامد خالص را درون کاسه جداگانه ای بریزید. (طرز تهیه روغن نارگیل خانگی خالص این پست را بخوانید.)

آلوئه ورا را همزده و یکدست شده را به روغن نارگیل اضافه کنید. با استفاده از یک همزن دستی یا برقی این دو را به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه یا تا وقتی که مخلوطی نرم و پفی و با غلظتی شبیه به خامه حاصل شد، هم بزنید.

بطور دلخواه چند قطره روغن گیاهی معطر مثل روغن نعناع را به مخلوط هم زده شده بیافزایید و دوباره هم بزنید. در انتها لوسیون نارگیل آماده شده را درون ظرف مناسبی مثل ظرف قدیمی و تمیز یک کرم یا لوسیون ریخته و آن را در یخچال نگهداری کنید. این لوسیون برای چندین هفته قابل نگهداری می باشد.

می توانید این لوسیون را مانند لوسیون ها و کرم های دیگر برای پوست تمام نقاط بدن استفاده کنید. برای افزایش میزان تاثیر این لوسیون، سعی کنید همیشه بعد از حمام، زمانی که پوست بدنتان کمی مرطوب است از این لوسیون استفاده کنید تا رطوبت را در پوستتان ماندگار کنید. این لوسیون همچنین یک پاک کننده آرایش بسیار خوب به شمار می رود.

طرز تهیه مرطوب کننده با لیمو و تخم مرغ

مواد لازم :

۲ قاشق غذاخوری ماست، یک و نیم قاشق چای خوری عسل، نصف لیموترش، یک سفیده تخم مرغ
طرز تهیه مرطوب کننده با لیمو و تخم مرغ

روش تهیه :

آب لیموترش را بگیرید، سپس سفیده تخم مرغ را آنقدر بزنید تا کاملاً پف کند، حالا تمام این مواد را به خوبی مخلوط کنید و آنقدر هم بزنید که به شکل کرم در بیاید، سپس این کرم را به صورت و گردن تان بمالید و حدود ۱۰ تا ۱۵ دقیقه صبر کنید و بعد با آب گرم صورت تان را بشویید.

مرطوب کننده پوست با عسل

عسل یک مرطوب کننده طبیعی برای پوست خشک محسوب می شود. عسل مزه شیرینی دارد. علاوه بر این، حاوی ماده ای است که رطوبت را به خود جذب می کند. همچنین، دارای خواص ضد عفونی کنندگی، ضد التهابی و ضد باکتریایی می باشد. این خواص می توانند از آسیب های پوستی جلوگیری کنند. برای اینکه بهترین نتایج را بگیرید، بهتر است دستورالعمل زیر را اجرا کنید:

دو قاشق غذاخوری عسل را در ظرف کوچکی بریزید و همان مقدار هم آب اضافه کنید.

سپس به خوبی هم بزنید.

بعد از آن، دوباره ۶ الی ۷ قاشق غذاخوری آب به این ترکیب اضافه کنید و دوباره خوب هم بزنید.

حالا این محلول را روی پوست خشک بگذارید و اجازه دهید به مدت ده دقیقه روی پوست بماند. در نهایت با آب بشویید.

مرطوب کننده پوست با آب دوغ

آب دوغ نیز مرطوب کننده کاملی برای پوست خشک است. آب دوغ دارای اسید لاکتیک، بتا-هیدروکسی و اسید آلفا هیدروکسی است. این ترکیبات طبیعی به عنوان لایه بردار پوست عمل می کنند و به پوست کمک می کنند تا سلول های مرده پوست برداشته شوند. در اینجا جزئیات استفاده از آب دوغ برای پوست خشک ارائه شده است:

پارچه نرمی را در شیر خیس کنید و آن را به مدت پنج دقیقه روی پوست بگذارید.

در نهایت، آن را با آب ولرم بشویید. اکنون، از پوست جوان تر و مرطوب خود لذت ببرید.

طرز تهیه مرطوب کننده پوست بدن

مواد و وسایل لازم

دو قابلمه که بتوان آنها را روی هم گذاشت (برای ایجاد حرارت بن ماری)

۱۷ گرم روغن مایع (زیتون، بادام، جوجوبا)

۸۵ گرم روغن جامد (روغن نارگیل، کره کاکائو یا کره روغن درخت قلم)

طرز تهیه:

مقداری آب را روی حرارت متوسط در یکی از قابلمه ها گرم کنید. در قابلمه دوم که آن را روی قابلمه اول قرار داده اید روغن های مایع و جامد را با موم رنده شده مخلوط کنید. مواد را هم بزنید تا همه ذوب شوند و با هم ترکیب شوند. اطمینان حاصل کنید که آب در تماس با قابلمه بالایی نباشد چون مخلوط تان بیش از حد گرم می شود.

قابلمه بالایی را بردارید و اجازه دهید محتویات آن خنک شود و حدوداً به دمای بدن برسد. مرتب آن را هم بزنید تا صاف و یکدست شود. از یک دماسنج استفاده کنید تا ببینید کی دمای آن بین ۹۵ تا ۱۰۰ درجه است. تا زمانی که مخلوط روغن ها سرد شود، آب مقطر را گرم کنید تا به دمای بدن برسد.

آب مقطر گرم را در یک کاسه بریزید، سپس از یک مخلوط کن استفاده کنید و در حالی که به آرامی مخلوط روغن ها را داخل آب مقطر می ریزید، آن را هم بزنید. بعد از چند دقیقه مخلوط کردن، آب و روغن باید به حالت پایداری در بیایند و ظاهر مخلوط باید شبیه لوسیون شود. اگر به نظر می رسد دلمه بسته اند، قابلمه را مجدداً روی قابلمه پر آب قرار دهید تا چند درجه گرم شود و مخلوط کردن را ادامه دهید.

بعد از اینکه مخلوط شبیه لوسیون شد، اسانس مورد نظرتان را به آن اضافه کنید. هر دفعه چند قطره اضافه کنید و هم بزنید تا به میزانی که می خواهید معطر شود.

لوسیون را در یک ظرف دردار تمیز بریزید و در مکانی خنک و تاریک نگه دارید.

طرز تهیه مرطوب کننده لب گیاهی و طبیعی

مواد لازم :

موم عسل، روغن نارگیل، اسانس های معطر، یک کپسول ویتامین E و عسل

روش تهیه :

استفاده از این مرطوب کننده می تواند باعث براق شدن لب های شما شود و رطوبت مورد نیاز آنها را نیز تامین کند. در یک کاسه کوچک یک قاشق غذاخوری موم عسل بریزید و سپس مواد درون یک کپسول ویتامین E و ۲ قاشق غذاخوری روغن نارگیل را به آن اضافه کنید و ابتدا حدود ۲۵ تا ۳۰ ثانیه در مایکروفر حرارت دهید تا ذوب شود، اگر در این مدت ذوب نشد می توانید یک بار دیگر ۲۵ تا ۳۰ ثانیه درون مایکروفر بگذارید، بعد از ذوب و یکدست شدن این مخلوط ۲ قطره از اسانس مورد علاقه تان مثل اسانس نعناع یا لیموی ترش یا اسطوخودوس را به آن اضافه کنید و در نهایت یک قاشق غذاخوری هم عسل افزوده و خوب مخلوط را به هم بزنید تا کاملاً خنک شود. حالا مرطوب کننده شما آماده است و می توانید در یک ظرف دربسته آن را نگهداری کنید.

طرز تهیه نرم کننده و مرطوب کننده پاها

مواد لازم :

روغن کنگد، موم عسل، اسانس نعناع، اسانس لیموترش

روش تهیه :

درون یک قابلمه آب بریزید و روی اجاق بگذارید تا گرم شود سپس در یک قابلمه یا ظرف کوچک تر ۳ قاشق غذاخوری روغن کنگد بریزید و داخل این آب بگذارید تا به طور غیرمستقیم حرارت ببیند، بعد از چند دقیقه که روغن گرم شد، کمتر از ۲ قاشق غذاخوری موم عسل به آن اضافه کنید و همچنان به طور ملایم به این مخلوط حرارت دهید. صبر کنید تا موم کاملاً درون روغن ذوب شود، سپس از روی حرارت بردارید و چند دقیقه زمان دهید تا مخلوط کمی خنک شود سپس در یک ظرف دربسته یک قطره اسانس لیموترش و ۱۰ قطره اسانس نعناع بریزید و بعد رویش این مخلوط را افزوده و شیشه را تکان دهید تا حسابی با هم مخلوط شوند. اگر پوست شما نرمال است توصیه می کنیم مقدار کمی از این مخلوط را قبل از خواب شبانه به پاهای تان بمالید و بگذارید تا صبح بماند، اگر پوست شما خیلی خشک است یک لایه ضخیم از این مخلوط را روی پاها بمالید، جوراب بپوشید و بگذارید تمام طول شب روی پاهای تان بماند.