

رفع چروک و جوش صورت با طب سنتی

دکترای تخصصی طب ایرانی با تاکید بر اینکه رطوبت رسانی به کلاژن سازی پوست کمک می کند گفت: استفاده از ترکیب روغن های بنفشه، کدو و بابونه برای رطوبت رسانی به پوست بسیار مفید است.

به گزارش سایت خبری پرسون، علیرضا یارقلی دکترای تخصصی طب ایرانی در گفت و گویی، با اشاره به اینکه تمام بدن ما آینه تمام نمای کبد است اظهار داشت: خلط بدن در کبد تولید می شود. کبد آشپزخانه بدن است. مواد زائدی که در کبد و دیگر اندام های بدن تولید می شود می تواند از پوست دفع شود. وقتی ماده بدی به سمت پوست برود می تواند موجب ایجاد بیماری های پوستی کند. بد غذا خوردن و گرمی و سردی و غلیظی کبد می تواند موجب بیماری های پوستی شود. درمان بیماری های پوستی در طب ایرانی با پاکسازی کبد آغاز می شود.

درهم خوری برای کبد مضر است

وی افزود: پُر خوری و درهم خوری برای کبد مضر است. خوردن نوشیدنی، سالاد و ماست وسط غذا به ویژه غذاهای گوشتی به کبد آسیب می رساند. نوشیدن آب بسیار یخ به ویژه با شکم گرسنه و پس از خوردن غذای گرم هم برای کبد بسیار مضر است. ضمن اینکه کبد، غذای بدطعم و بدبو و بدمزه را هم دوست ندارد. اگرچه هر غذای خوشمزه ای هم موافق کبد نیست. کبد با غذاهایی مثل خورش های خلال بادام، آلو اسفناج و خورشتهایی که به آنها ترشی اضافه می کنیم، موافق است.

یارقلی یادآور شد: صبح زود نوشیدن یک استکان از ترکیب عرق های کاسنی و شاتره و خاک شیر و تخم شربتی و سکنجبین، همچنین شربت آبلیمو بسیار خوب است. شکر کم برای بدن ضرر ندارد.

درمان موضعی جوش صورت

وی درباره درمان موضعی جوش صورت گفت: ترکیب ماست یا آب ماست به همراه سفیده تخم مرغ محلی به همراه یک قاشق چایخوری عسل برای درمان جوش صورت بسیار مفید است. می توان این ترکیب را به مدت ۱۰ دقیقه روی صورت گذاشت.

وی تاکید کرد: رطوبت رسانی به پوست بسیار خوب است. در فصل گرم سال ترکیب ماست یا آب پنیر به همراه آب خیار و سیب رنده شده، هرشب حدود ۱۰ دقیقه روی صورت می تواند به رفع چروک پوست کمک کند. رطوبت رسانی به پوست می تواند به کلاژن سازی کمک کند. در فصول گرم و پاییز خشکی پوست داریم. بنابراین باید برای اینکه پوست خوبی داشته باشیم باید مایعات مناسب بنوشیم. استفاده از کرم های مرطوب کننده و آب پاش بابونه و گلاب در گرما به رطوبت رسانی پوست بسیار کمک می کند. افرادی که محیط کار گرمی دارند می توانند از اسپری این محلول روی صورت و محیط اطراف خود استفاده کنند.

درمان خشکی پوست

یارقلی درباره درمان خشکی پوست گفت: برای درمان خشکی پوست می توان از انواع رطوبت دهنده ها استفاده کنند. از صابون هایی که چربی پوست را از بین نمی برند باید استفاده کرد. آب داغ و گرم برای شستشو مناسب نیست چون چربی را از بین می برد. پس از شستن صورت و زمانی که پوست مرطوب است بلافاصله از ترکیب روغن های کدو و بنفشه می توان استفاده کرد. ضمن اینکه می توان به این ترکیب، روغن بابونه هم اضافه کرد. اگرچه نباید در مصرف روغن هم زیاده روی کرد. چون می تواند موجب بروز جوش صورت شود. برای درمان خشکی چشم و پلک باید حتما به پزشک مراجعه کرد.