



کد خبر: ۵۴۳۹۶۳
دوشنبه ۲۴ مهر ۱۴۰۲ ۱۴:۳۷

یک متخصص طب سنتی مطرح کرد:

راهکاری جالب برای نگهداشتن رطوبت پوست بعد از حمام

متخصص طب سنتی گفت: در طب ایرانی برای نگهداشتن رطوبت پوست علاوه بر تغذیه و کرم‌ها روش‌های دیگری وجود دارد.

به گزارش سایت خبری پرسون، محبوبه ابریشم گفت: در طب ایرانی برای نگهداشتن رطوبت پوست علاوه بر تغذیه و کرم‌ها روش‌هایی همچون حمام مرتب (حمام رطوبت)، استفاده از روغن‌های مخصوص (روغن بادام شیرین و روغن بنفشه) وجود دارد.

ویژگی حمام رطوبت

وی افزود: دمای آب حمام باید معتدل باشد یعنی نه خیلی گرم باشد نه خیلی سرد. هموطنان حدود ۱۰ دقیقه باید در آب بمانند.

این متخصص طب سنتی توصیه کرد: هموطنان از روغن‌های بادام شیرین و بنفشه پس از استحمام برای نگهداشتن رطوبت پوست استفاده کنند.