

# چگونه چروک های زیر چشم را از بین ببریم؟

پوست زیر چشم نازک ترین و ظریف ترین منطقه ی پوست صورت است. بنابراین اولین جایی در صورت است که بالا رفتن سن را نشان می دهد! در این مقاله به شما نشان خواهیم داد که چگونه می توانید از ایجاد چروک زیر چشم جلوگیری کرده و آن را طوری درمان کنید که سریعاً از دور چشمتان محو و ناپدید گردد.

چگونگی از بین بردن چروک های زیر چشم تخصص من است! من انواع پوست ها را مطالعه کرده ام همه ی آنها یک مشکل مشترک دارند و آن خشکی دور چشم است. پوست دور چشم، منطقه ای از پوست صورت است که بایستی بیشترین محافظت و مراقبت از آن صورت گیرد در ادامه به شما نشان خواهیم داد که چطور پوستتان را آماده کرده و از روشهای موثری استفاده کنید تا چروک های دور چشمتان را از بین ببرید. زمانی که پوست دور چشم به خوبی آبرسانی شود، سلولهای پوستی این ناحیه آب جذب کرده و متسع می شوند و به بالا می آیند و در این حالت دیگر چروکی وجود نخواهد داشت.

**چطور به طور سریع چروک های زیر چشم را از بین ببریم**

**ماسک روغنی برای از بین بردن سریع چروک های زیر چشم**

## مواد لازم:

روغن رز ارگانیک

گلیسرین گیاهی

روغن زیتون

وازلین

آماده سازی پوست: با یک پاک کننده ارگانیک، آرایش را از پوست و دور چشم پاک کنید.

منطقه ویژه دور چشم را حتماً با پاک کننده ای که خودتان درست کرده اید ( با آب برنج) پاک کنید.

یک قاشق غذاخوری گلیسرین گیاهی

یک قاشق غذاخوری روغن رز  
یک قاشق غذاخوری روغن زیتون

این ترکیبات را به خوبی با هم مخلوط کرده و برای مدت یک دقیقه به منطقه دور چشم بمالید.

یک پارچه پنبه ای یا پنبه ی مرطوبی را بردارید و روی قسمت زیر چشم به آرامی بفشارید.

اجازه دهید روغن ها جذب پوست شوند.

بعد از اینکه مواد جذب پوست شدند، مجدداً میزان بیشتری از ترکیب فوق را دور چشم بریزید اما این بار یک قاشق عسل طبیعی هم به آن اضافه کرده، ماساژ دهید و اجازه دهید در پوست نفوذ کند.

از یک پنبه که با آب گرم مرطوب شده استفاده کنید و آن را در زیر چشم قرار دهید.

مجدداً ترکیب روغنی را به میزان بیشتری به ناحیه زیر چشم بمالید و بگذارید تا جذب پوست گردد.

در نهایت منطقه زیر چشم را با وازلین بپوشانید.

چروک چشم شما باید در مدت ۲۰ دقیقه از بین برود. پوست زیر چشم اکنون عمیقاً آبرسانی و تغذیه شده و پوست آن سالم و پف کرده است اگر هنوز چروک های عمیق دارید از این روغن در تمام طول شب استفاده کنید و یک لایه وازلین روی آن قرار دهید. این بهترین راه برای حذف چروک زیر چشم است. من زمانی را دیده ام که با استفاده مرتب و هر شب این ترکیب روغنی، چروک های زیر چشم شان را در ظرف مدت دو هفته از بین برده اند! لازم است که پوست زیر چشمتان را به طور مداوم با این روش نوازش کنید تا سطح مناسبی از رطوبت را برای این منطقه از پوست صورت حفظ کنید و مطمئن شوید چروک های زیر چشم از بین می روند.

بهتر است از این ماسک دور چشم روغنی بطور مرتب و هرشب، قبل از خواب استفاده کرده و بگذارید این ترکیب تا صبح دور چشمتان باقی بماند.

## چطور از تشکیل چروک پیشگیری کنیم:

از نور مستقیم خورشید دوری کنید.

وقتی بیرون می روید عینک آفتابی بزنید.

هرگز چشمتان را جمع و لوچ نکنید.

از مابون برای شستشوی اطراف چشم استفاده نکنید.

هر روز میزان کافی آب بنوشید.  
از مرطوب کننده خوب دو بار در روز استفاده کنید.  
هر روز از کرم ضد آفتاب UVA/UVB استفاده کنید.  
از پودرهای آرایشی به میزان زیاد دور چشم استفاده نکنید این کار پوست را بیش از حد خشک می کند.  
از ماسک دور چشم روغنی که در بالا توضیح دادم برای دور چشم استفاده کنید تا از ایجاد چروک جلوگیری کنید.  
از گرما، سرما و باد شدید دوری کنید.  
از مواد شیمیایی حساسیت زا اجتناب کنید.  
از آب های کلردار و آبهای شور دریا دوری کنید.  
حداقل ۸ ساعت در شب بخوابید.

## چطور پوستی درخشان داشته باشیم؟ - شستن صورت با برنج!

بهتر است به سراسر دنیا نگاهی بیاندازیم و ببینیم که طریقه ی مراقبت از پوست توسط زنان چگونه است. تا به حال توجه کرده اید بیشتر زنان آسیایی پوستی صاف و درخشان دارند؟ زنان در فرهنگ آسیایی از آب برنج برای پاک کردن پوست استفاده می کنند که به پوستشان طراوت، درخشندگی و صافی می دهد.

آب برنج، ساده ترین پاک کننده ایست که می توان در منزل به راحتی و به سرعت تهیه کرد. همه ی چیزی که نیاز دارید یک طرف، آب، برنج و پنبه است:

**دو قاشق غذاخوری برنج خام و ارگانیک را بردارید و در ظرفی بریزید.**

**به خوبی آن را بشویید تا اگر آلودگی دارد، برطرف شود.**

**روی برنج تمیز شده آب بریزید به طوریکه ۳ سانتی متر روی برنج آب قرار بگیرد.**

**بگذارید ۲۰ دقیقه خیس بخورد.**

**آب شیری رنگ روی آن را در ظرفی بریزید.**

**پنبه را با این آب مرطوب کنید.**

از پنبه ای که کاملاً با این آب خیس شده برای پاک کردن صورتتان استفاده کنید.  
بگذارید آب برنج کاملاً توسط پوستتان جذب شود.  
یک لایه ی دیگر اضافه کنید و بگذارید خشک شود.  
وقتی پوستتان خشک شود ویتامینها و مواد مغذی را جذب کرده است. اکنون اگر پوستتان را لمس کنید احساس صافی بیشتری داشته و باید درخشان تر و روشن تر شده باشد.  
می توانید از برنج های مختلف استفاده کنید چون انواع مختلف برنج، ویتامین های مختلفی دارند.

## فواید آب برنج

پوست در صاف ترین وضعیت ممکن قرار می گیرد.  
رنگ پوست روشن تر خواهد شد.  
پوستتان مستحکم می شود.  
می تواند به عنوان تونر استفاده شود.  
می تواند برای پاک کردن صورت جایگزین آب شود.  
مناقب را جمع می کند.  
از پوستتان در مقابل خورشید محافظت می کند.  
پوست را تازه و شاداب می سازد.  
بسیار ارزان است!  
پاک کننده ای کاملاً ارگانیک و طبیعی است.  
می توانید این پاک کننده طبیعی را تهیه کرده و در یخچال نگهداری کنید.