

ความงามจากผลไม้

นำเสนอเมื่อ : 17 พ.ค. 2552

ผลไม้ ผลผลิตอันน่าอัศจรรย์ของธรรมชาติ ที่ผู้หญิงหลายคนต่างหลงใหล และนำมารับประทานเพื่อเสริมสร้างประโยชน์ให้กับร่างกาย แต่จะมีสักกี่คนที่รู้ว่า นอกจากคุณประโยชน์ที่ร่างกายจะได้รับแล้ว ผลไม้ยังอุดมด้วยแร่ธาตุ วิตามินและสารอาหารที่มีส่วนช่วยบำรุงผิวพรรณให้เปล่งปลั่งสดชื่น มีเสน่ห์สดใสเป็นที่น่าจับตามอง ที่สำคัญยังช่วยชะลอเวลาของผิวสวยๆ ไม่ให้เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา

ในช่วงที่เศรษฐกิจทั่วโลกย่ำแย่อย่างนี้ การใช้ในสิ่งใกล้ตัวแล้วไม่ต้องหยุดสวย น่าจะเป็น 2 วัตถุประสงค์ที่สาว ๆ น่าจะเรียนรู้ เรามาดูกันถึงความมหัศจรรย์แห่งความงามจากผลไม้ครับ

ทับทิม

ผลไม้อัจฉริยะเป็นสัญลักษณ์แห่งการเกิดใหม่ อุดมด้วยวิตามินเอ ซี และอี แร่ธาตุ สารต้านอนุมูลอิสระ ที่ช่วยบำรุงผิวให้สวยสดใส เปล่งปลั่ง อ่อนเยาว์ แถมยังเต็มเปี่ยมด้วยพลังแห่งการต้านการเสื่อมสภาพของผิวอีกด้วย

ถั่วเหลือง

ธัญพืชที่อุดมไปด้วยสารอาหารผิวและโปรตีน อีกทั้งยังมีไฟโตรเอสโตรเจน ที่มีคุณสมบัติเหมือนฮอร์โมนเพศหญิง ช่วยให้ผิวนุ่มชุ่มชื้น เปล่งปลั่ง สุขภาพดี

มะพร้าว

ผลไม้มากคุณค่าแห่งการบำรุงที่มีมาช้านาน อุดมด้วยวิตามินอีโมเลกุลเล็ก จึงซึมซาบดูแลถึงเซลล์ชั้นใน ลดการสูญเสียบริเวณ ช่วยรักษาสุขภาพของหนังศีรษะให้แข็งแรง ปรับสภาพและเสริมสร้างการเจริญของเส้นผม ให้ผมเงางาม สุขภาพดีมีน้ำหนัก

มะเฟือง

สมัยโบราณนิยมนำน้ำมะเฟืองสดมาชำระล้างทำความสะอาดเส้นผม

เนื่องจากในผลไม้มีแร่ธาตุที่เหมาะสมกับเส้นผม อีกทั้งยังมากด้วยวิตามิน
ช่วยรักษาสมดุลตามธรรมชาติให้กับเส้นผมและหนังศีรษะ ให้ผมนุ่ม ลื่น สะอาด ปราศจากรังแค

มะขามป้อม

ถือเป็นผลไม้ที่มีโอเอสทูในตัว เนื่องจากมีวิตามินซีสูงกว่าผลไม้ชนิดอื่นๆ
 อีกทั้งคุณค่าแห่งการบำรุงเขมขน ช่วยให้ผิวกระจ่างใสแม้อยู่ในรูปของสารสกัด