

เกร็ดความรู้...8 วิธีสวย...ด้วยน้ำผึ้ง

นำเสนอเมื่อ : 21 พ.ค. 2552

"น้ำผึ้งช่วยอะไรคุณบ้าง"

เกร็ดความรู้วันนี้ขอเสนอ ความสวยที่ได้มาจากน้ำผึ้ง แต่ก่อนจะลงมือทำสวย เรามาทดสอบก่อนดีกว่าว่า น้ำผึ้ง ที่มีอยู่นั้น ของแท้หรือของเทียม

เริ่มจาก นำน้ำผึ้งจากธรรมชาติที่ยังไม่ผ่านความร้อนใส่ไว้ในขวด ตังทิ้งไว้สักพัก ถ้าเป็นน้ำผึ้งแท้จากธรรมชาติจะสังเกตเหตุเกสรดอกไม้ลอยอยู่ตามบน

หลังจากรู้แล้ว ก็เริ่มปฏิบัติเสริมสวยกันเลย...

1. น้ำผึ้งช่วยปรับสมดุลของร่างกายและควบคุมน้ำหนัก ใครที่มีปัญหาปวดข้อ ปวดกระดูก เป็นตะคริวบ่อยๆ หรือแม้กระทั่งโรคอ้วน ก็สามารถเติมน้ำผึ้ง เพื่อช่วยบรรเทาโรคต่าง ๆ ได้

วิธีคือ นำน้ำผึ้ง 3 ช้อนผสมกับน้ำส้มสายชูหมักแอปเปิ้ล (หรือ Apple Vinegar) 3 ช้อนชา ผสมน้ำเปล่า 1 แก้ว ดื่มทุกเช้าหลังตื่นนอนและระหว่างมือเป็นประจำทุกวัน จะทำให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงและสดชื่น



2. หน้าแห้งแตกเป็นขุย สาวที่มีผิวหน้าแห้งกร้านเหมือนนีสานแล้ง ควรทำเป็นอย่างยิ่ง **นำไข่แดง 1 ฟอง และน้ำผึ้ง 1 ช้อนผสมให้เข้ากัน พอกหน้าทิ้งไว้ 10 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด**

3. น้ำผึ้งสยบสิวเสี้ยนบนใบหน้า หลังล้างหน้าด้วยน้ำอุ่น เช็ดหน้าให้แห้ง จากนั้นนำกล้วยหอมครึ่งลูก บดผสมกับน้ำผึ้ง นำมาทาบนใบหน้าทิ้งไว้ 10-15 นาที แล้วล้างออก น้ำผึ้งมีเอนไซม์ที่ทำให้หน้าคุณชุ่มชื้นนุ่มนวลขึ้น และยังบำรุงผิวหน้าให้ดูอ่อนเยาว์ด้วย

4. ผมหยวบกระด้างเกินเยียวยา ต้องลองสูตรนี้ หลังสระผมเสร็จ **นำน้ำผึ้งผสมกับน้ำมันมะกอกอย่างละ 3 ช้อนโต๊ะ ซิลินผมแล้วทิ้งไว้ 3-5 นาที** จึงล้างออกด้วยน้ำสะอาด ผมหของคุณจะนิ่มและเงางามดูจตุสนใหม่

5. ใครที่นอนไม่หลับ พึงทางนี้ด่วน **ผสมน้ำผึ้งกับน้ำอุ่น หรือนมร้อนดื่มก่อนนอน** จะช่วยให้คุณหลับสบายขึ้น



6. สดชื่นหน้าแบบง่าย ๆ เพียงนำน้ำผึ้งผสมกับแอปเปิ้ลมูบปั่นรวมกัน ทาให้ทั่วใบหน้า พร้อมกับนวดเบา ๆ ความหมยาบของแอปเปิ้ลจะช่วยขจัดเซลล์ผิวเก่าให้ออกไปให้ผิวหน้าสดใสเปล่งปลั่งขึ้น

7. สูตรไล่ตีนกาออกจากหน้า นำแครอท 1 หัวสีมาปอกเปลือกและปั่นให้ละเอียด ผสมกับน้ำผึ้ง และนำมาพอกหน้าทิ้งไว้ 5-10 นาที รื้อรอยตีนเป็ดตีนกาทั้งหลายจะค่อย ๆ โบยบินออกจากหน้าของคุณในเร็ววัน

8. เสียงใสเหมือนระฆังเงิน หากใครเกิดอาการเจ็บคอ รู้สึกคอแห้งเสียงแหบร้องราวโอเอะไม่สนุกละก็ เพียงผสมน้ำมะนาว 1 ลูก + น้ำผึ้ง 2-3 ช้อนโต๊ะ + น้ำเตี๊ด 2 ช้อนโต๊ะ จิบบ่อย ๆ แดเจ็บคอ แต่หากกินไม่หมดก็นำมาทาหน้าได้ด้วย ทาทิ้งไว้ 10-15 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด ผิวหน้าจะขาวใสและเต่งตึงขึ้นทันตาเห็น

ขอบคุณ ที่นี้ต่อทคอม

