

## 5 ประโยชน์จากน้ำมันมะกอก

นำเสนอเมื่อ : 11 มิ.ย. 2552

นี่คือตัวอย่างง่ายๆ ในการใช้น้ำมันมะกอกให้เป็นประโยชน์ต่อความสวยความงามของคุณ

- ปรับสภาพเส้นผมอย่างล้ำลึก หลังจากสระผมและใช้ผ้าขนหนูเช็ดให้แห้งแล้ว ก็ชโลมน้ำมันลงบนเส้นผมให้ทั่ว สวมหมวกอาบน้ำเอาไว้ แล้วใช้ไตร์เป่าผมเป็นเวลา 10 นาที ปล่อยให้แห้งอีก 10 นาที แล้วล้างหน้าออก
- ใช้ปรุงสุกหรือใช้ทอดอาหารรับประทานเอง สดร้อนที่ใช้น้ำมันมะกอกเป็นส่วนผสมสำคัญเสมอ เพราะน้ำมันมะกอกมีคุณสมบัติที่ช่วยให้ผิวชุ่มชื้นได้เป็นอย่างดี แต่ถ้าคุณไม่มีเวลาปรุงหรือทอดอาหาร ก็แค่ทาน้ำมันมะกอกลงบนผิว แล้วใช้เม็ดยาหรือเกลืออาบน้ำๆ ขัดผิวแบบง่ายๆ ก็ได้
- บำรุงหนังหุ้มเล็บ ผสมน้ำมันมะกอกเล็กน้อยเข้ากับน้ำอุ่น แล้วแช่มือไว้ในส่วนผสมนั้นเป็นเวลาห้านาที จากนั้นอุ่นน้ำมันมะกอกให้ร้อนขึ้นเล็กน้อย แล้วทาลงบนมือ โดยเน้นบริเวณหนังหุ้มเล็บเป็นพิเศษ
- ขจัดเครื่องสำอางที่ติดตา ถ้าเจอปัญหาเครื่องสำอางบนใบหน้าออกได้ยาก ก็ลองใช้ก้อนสำลีชุบน้ำมันมะกอก แล้วนำไปเช็ดคราบเครื่องสำอางที่ติดแน่นนั้นออก แต่ต้องระวังเป็นพิเศษเวลาที่ใช้ทำความสะอาดเครื่องสำอางรอบดวงตา
- ใช้แทนครีมโกนขน ถ้าคุณมีผิวที่ไวต่อความรู้สึกหรือแพ้ง่าย การใช้น้ำมันมะกอกแทนครีมโกนขนก็นับเป็นทางเลือกที่ดี เพราะไม่ก่อให้เกิดอาการแพ้ แถมยังทำให้ผิวชุ่มชื้นขึ้นด้วย

ที่มา :: LISA