

## เกลือ.....รักษาความงาม

นำเสนอเมื่อ : 8 ต.ค. 2552

คุณสมบัติของเกลือนอกจากจะนำมาใช้ในการปรุงรสอาหารใช้ถนอมอาหารให้เก็บไว้ได้นานยิ่งขึ้น หรือใช้หมักเพื่อรักษาอาการเห็งือกบวมแล้ว เกลือยังสามารถช่วย

รักษาความงามได้อีกด้วย ฮั่นแน่! ไม่ต้องทำหน้าสงสัย เพราะวันนี้เรามาไขเคล็ดลับกันว่าเกลือรักษาความงามได้อย่างไรบ้าง

### 1.เกลือช่วยลดความมันบนใบหน้า

ใช้เกลือ 1 ช้อนชาผสมน้ำ แล้วนำไปใส่ขวดสเปรย์ฉีดพ่นให้ทั่วใบหน้า แต่ก่อนฉีดควรเปิดรูขุมขนให้กว้างเสียก่อน โดยนำผ้าชุบน้ำร้อนพู่หมาดมาอังปิดหน้าไว้ประมาณ 3-5 นาที แล้วจึงคอยฉีดสเปรย์นำเกลือให้ทั่วใบหน้า จากนั้นก็ใช้ผ้าขนหนูเช็ดให้แห้ง

### 2.เกลือช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นและช่วยถนอมผิว

ใช้เกลือครึ่งถ้วยผสมลงในอ่างน้ำ แล้วใช้แช่ตัวประมาณ 15-20 นาที จากนั้นเช็ดตัวให้แห้ง หรืออาจจะใช้เกลือถูตัวก็ได้ โดยใช้ฟองน้ำหรือผ้าขนหนูขัดตัวหลังอาบน้ำขณะที่ตัวยังเปียกอยู่ จะช่วยให้เซลล์ผิวหนึ่งตายแล้วหลุดออกมาได้

### 3.เกลือช่วยลดรอยช้ำรอบดวงตา

นอกจากเราจะใช้ถุ้งใช้ในการลดรอยช้ำรอบดวงตาแล้ว เรายังสามารถใช้เกลือได้อีกด้วย โดยผสมเกลือ 1 ช้อนชา ลงในน้ำร้อนครึ่งถ้วย แล้วใช้ผ้าหรือสำลีชุบน้ำเกลือปิดตาไว้สัก 5-10 นาที รอยช้ำก็จะค่อยๆ จางลง

### 4.เกลือช่วยผ่อนคลายอาการเมื่อยล้าที่เท้า

ด้วยการผสมเกลือประมาณ 1-2 ช้อนโต๊ะลงในน้ำอุ่นที่จะใช้แช่เท้าทั้งสองข้างวิธีนี้จะช่วยให้รู้สึกผ่อนคลายความเมื่อยล้าของเท้าลงได้หลังจากที่ต้องเดินมาเป็นเวลานาน

ที่มา [blog.eduzones.com/wanwan/18680?page2=27&page=&page3=](http://blog.eduzones.com/wanwan/18680?page2=27&page=&page3=)