

ผิวหน้าสวยด้วยแอปเปิ้ล

นำเสนอเมื่อ : 16 ก.พ. 2554

ในหมู่ผู้หญิงเรา คงไม่มีใครที่อยากจะมีผิวหมองคล้ำดูไม่สดใส สาว ๆ ทุกคนต่างปรารถนาที่จะมีผิวสวยใส อ่อนเยาว์ ด้วยกันทั้งนั้น วันนี้กระปุกดอทคอมก็เลยมีสูตรผิวสวยด้วยแอปเปิ้ลมาฝาก ให้สาว ๆ ได้เอาไปลองทำกันดู รับรองว่าคุณจะมีผิวสวย อ่อนเยาว์ขึ้นอย่างไม่น่าเชื่อเลยละคะ

ก่อนอื่นต้องขอบอกก่อนว่า แอปเปิ้ลนั้นเป็นผลไม้ที่มีประโยชน์ต่อผิวอย่างมากมาย ช่วยในเรื่องของการเพิ่มความชุ่มชื้น ลดความแห้งกร้านของผิว มีวิตามินซีช่วยในเรื่องของผิวสว่างใส และแอนติออกซิแดนท์ที่ช่วยให้ผิวตึงกระชับ ลดการร่วงโรยของผิว โอโห คุณสมบัติขนาดนี้แล้ว สาว ๆ จะไม่ลองนำมาใช้กับผิวได้อย่างไร ว้าวแล้ว เราก็คงไปดูสูตรผิวใสที่นำมาฝากกันวันนี้ได้แล้วละ

1. สูตรพอกหน้าแอปเปิ้ลและน้ำนม นำแอปเปิ้ลครึ่งผลมาปั่นทั้งเปลือก เสร็จแล้วใส่น้ำนมลงไปปั่นให้เข้ากันแล้วนำมาพอกหน้าทิ้งไว้ 20 นาทีแล้วล้างออก น้ำนมซึ่งช่วยให้ผิวขาวใสและแอปเปิ้ลที่ให้ความชุ่มชื้นก็จะทำให้ผิวของคุณสว่างใสขึ้น

2. สูตรพอกหน้าแอปเปิ้ลน้ำผึ้ง นำแอปเปิ้ลครึ่งผลมาปั่นกับน้ำผึ้ง ทำเช่นเดียวกับสูตรแรก จะช่วยให้ผิวหน้าชุ่มชื้นขึ้นอย่างเห็นได้ชัด

3. สูตรพอกหน้าแอปเปิ้ลผสมมะนาว ปั่นแอปเปิ้ลทั้งเปลือกแล้วบีบมะนาวลงเล็กน้อย จากนั้นนำมาพอกหน้า จะช่วยผลัดเซลล์ผิวพร้อมกับเพิ่มความชุ่มชื้น และลดความแห้งกร้านไปพร้อม ๆ กัน

4. สูตรพอกหน้าแอปเปิ้ลโอคาโต สำหรับสาว ๆ ที่มีโอคาโตติดตัวเป็นไว้ละก็ ให้ควั่นเอาเนื้อโอคาโตปั่นเข้ากับแอปเปิ้ลแล้วนำมาพอกหน้า หรือผิวกาย ประมาณ 20 นาทีแล้วล้างออก จะมีคุณสมบัติเหมือนสครับช่วยผลัดเซลล์ผิวเก่าให้หลุดลอกออกไป เผยผิวใหม่ที่สว่างใสมากกว่าเดิม

และนี่ก็คือสูตรผิวใสที่นำมาฝากกันวันนี้ สาว ๆ สามารถทำวิธีนี้ได้ 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ ซึ่งหากทำได้อย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 1 เดือนแล้ว คุณก็จะเห็นความเปลี่ยนแปลงของผิวหน้า ที่มาจากแอปเปิ้ลได้อย่างชัดเจน และนอกจากนี้ การทานแอปเปิ้ลให้ได้วันละ 1 ผล ก็จะช่วยเพิ่มความอ่อนเยาว์ให้กับผิว อีกทั้งยังทำให้ไม่หิวง่าย ให้สาว ๆ ได้รักษาหุ่นสวยไว้นาน ๆ อีกด้วย

ขอบคุณที่มาจาก kapook.com