

अनार के छिलके का चमत्कार देखकर आप भी हो जाएंगे दंग, काले दाग-धब्बे होंगे दूर

अनार के छिलके का इस्तेमाल ऐसे करें

स्किन पर अनार के छिलकों को इस्तेमाल करने के लिए आप पहले अनार के छिलकों को लें और इसे अच्छी तरह से धो लें। इसे आप एक छनी में डालें और इसका सारा पानी पूरी तरह से निकाल दें। इसके बाद छिलकों को एक सूती कपड़े पर फैलाएं और अच्छी तरह से सूखने के लिए रख दें। आप इसे धूप में सूखाएं। ये जब अच्छे से सूख जाए और एकदम कड़क हो जाए। इसके बाद आप इनको मिक्सर में डालकर पाउडर बना लें। अब इस पाउडर का यूज आप घरेलू रेमेडीज में कर सकते हैं।



इन तरीकों से अनार के छिलकों का प्रयोग करें

दही में मिलाएं

एक चम्मच पाउडर को डेढ़ चम्मच दही के साथ मिलाएं। अच्छे से मिक्स करने के बाद इसे अपने पर लगा लें। 10 मिनट लगा रहने के बाद इसे हाथों से गीला करें और फिर चेहरे की मसाज करते हुए हटा दें।



ओट्स के साथ इस्तेमाल करें

इतना ही नहीं, चेहरे को स्क्रब करने के लिए आप इसे ओट्स के साथ मिला सकते हैं। इसके लिए ओट्स पाउडर, अनार छिलके का पाउडर, शहद और दूध के साथ मिलाएं। इसे अपने चेहरे पर लगाएं और स्क्रबिंग करें। डेढ़ स्किन निकालने और दाग-धब्बे हटाने का ये अच्छा तरीका है।

गुलाब जल के साथ मिलाएं

फेस पैक बनाने के लिए अनार के छिलकों को गुलाब जल के साथ भी मिक्स करें।



बॉलीवुड सेलेब्स की इन साड़ी लुक को अपनाएं

हिंदू धर्म में करवा चौथ त्योहार काफी महत्व है। इस दिन सुहागिन महिलाएं अपने पति की लंबी आयु के लिए व्रत रखती हैं। करवा चौथ पर सोलह श्रृंगार किया जाता है, साथ ही साड़ी और गहने भी पहने जाते हैं। इस बार आप करवा चौथ पर एकदम हटके दिखना चाहती हैं और आपके पति की नजर आप पर रहे, तो इन बॉलीवुड हसीनाओं के दिलकश अंदाज वाली साड़ी लुक को जरूर ट्राई करें। ये साड़ियां आपके करवा चौथ लुक में चार चांद लगा देंगी। जैसे भी रेड साड़ी का ट्रेंड काफी रहता है। इसी वजह से बॉलीवुड एक्ट्रेसजें रेड साड़ियों को पसंद करते नजर आते हैं। अगर आप भी सेलिब्रिटीज स्टाइल जैसी साड़ियां खरीदना चाहते हैं तो इन लेटेस्ट डिजाइनों को जरूर ट्राई करें।

शिल्पा की तरह दिखें ग्लैमरस

इस करवा चौथ पर आप अपने ग्लैमरस लुक को दिखाने के लिए इस लुक को जरूर ट्राई करें। शिल्पा की ये रेड साड़ी काफी ट्रेंड में है। इसका शायर फैब्रिक हो या स्टाइलिश ब्लाउज पीस, साड़ी का ड्रैपिंग का तरीका भी काफी स्टाइलिश लग रही है।

सोनाक्षी सिन्हा की रॉयल साड़ी लुक

करवा चौथ पर आप एकदम रॉयल दिखना चाहते हैं, तो बनारसी साड़ी सबसे बेहतरीन ऑप्शन है। ये साड़ी लुक देखने में बेहद खूबसूरत और रॉयल लगती है। आप भी सोनाक्षी की तरह अपने वॉर्डरोब में एक लाल रंग की खूबसूरत बनारसी साड़ी को एड कर सकते हैं।

कैटरिना का रेड फ्लोरल साड़ी लुक

अगर आप कैटरिना कैफकी तरह खूबसूरत और सादागी के साथ नजर आना चाहते हैं, तो आप कैटरिना की रेड फ्लोरल एम्ब्रॉयडरी वाला ये लुक को अपना सकते हैं। इस साड़ी लुक में कैटरिना मिनिमल मेकअप लुक के साथ बेहद खूबसूरत नजर आ रही हैं। आप भी इस करवा चौथ कैटरिना के इस लुक को ट्राई कर सकते हो।

मुल्तानी मिट्टी से बने फेस पैक से चेहरे पर आरगा जब का निखार, स्किन बनेगी चमकदार

मुल्तानी मिट्टी हमारी त्वचा के लिए बहुत ज्यादा फायदेमंद होती है। यह एक प्राकृतिक मिट्टी है, जो हमारी त्वचा को साफ करने, स्किन को चमकदार बनाने और मुंहासों को कम करने में मदद करती है।

ऑफिस और घर के कामों की वजह से हम अपनी स्किन का ख्याल रखना भूल जाते हैं। इसलिए आज हम आपको एक बहुत की ज्यादा किफायती और असरदार नुस्खे के बारे में बताने जा रहे हैं। जिससे आपकी त्वचा को इंस्टेंट ग्लो मिलेगा। यह तुम्हारा मुल्तानी मिट्टी से बने फेस पैक का है।

मुल्तानी मिट्टी हमारी त्वचा के लिए बहुत ज्यादा फायदेमंद होती है। यह एक प्राकृतिक मिट्टी है, जो हमारी त्वचा को साफ करने, स्किन को चमकदार बनाने और मुंहासों को कम करने में मदद करती है। इसके अलावा यह फेस पर जमी गंदगी को जड़ से साफ करने में मददगार है। तो आइए जानते हैं आप इसको फेस पर कैसे अपलाई कर सकते हैं।

फेस के लिए फायदेमंद है मुल्तानी मिट्टी

मुल्तानी मिट्टी त्वचा के लिए नेचुरल क्लींजर की तरह काम करती है। यह पोर्स में जमी गंदगी को साफ करने के साथ पिंपल्स को बढ़ने से रोकने में मददगार होती है। इसमें मौजूद पोषक तत्व हमारी त्वचा के लिए फायदेमंद होते हैं। मुल्तानी मिट्टी हमारी स्किन टाइटनिंग के लिए भी बहुत फायदेमंद है। यह श्रृंखला को बढ़ने से रोकती है।

सामग्री

- ◆ मुल्तानी मिट्टी- 2 चम्मच
- ◆ चंदन- 1 चम्मच
- ◆ शहद- 2 चम्मच
- ◆ गुलाब जल- जरूरत अनुसार



लूफा का इस तरह से करेंगे इस्तेमाल तो स्किन को नहीं होगी दिक्कत, मिलेगी खिली-खिली त्वचा

हम सभी अपनी स्किन का ध्यान रखने के लिए हम सभी बहुत मेहनत करते हैं। स्किन का ख्याल रखने के लिए हम महंगे-महंगे स्किन केयर प्रोडक्ट्स करते हैं। साथ ही मार्केट में मिलने वाले स्किन केयर प्रोडक्ट्स का भी इस्तेमाल करते हैं। जिसकी वजह से हमारी स्किन खिली-खिली रहती है। लेकिन कई बार अंजाने में हम कुछ ऐसी लापरवाही कर देते हैं, जिसकी वजह से हमारी स्किन मुश्किल में पड़ जाती है। दरअसल, हम यहां पर लूफा की बात कर रहे हैं। जिसका नहाने के दौरान इस्तेमाल किया जाता है। ऐसे में अगर आप भी लूफा का इस्तेमाल करते हैं। तो आपको संपलने की जरूरत है। यहां पर हम आपको कुछ ऐसी बातें बताने जा रहे हैं, जिनका ध्यान आपको लूफा का इस्तेमाल करने के दौरान करना चाहिए। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको बताने जा रहे हैं कि लूफा का इस्तेमाल करने के दौरान किन बातों का खास ख्याल रखना चाहिए।

हम सभी अपनी स्किन का ध्यान रखने के लिए हम सभी बहुत मेहनत करते हैं। स्किन का ख्याल रखने के लिए हम महंगे-महंगे स्किन केयर प्रोडक्ट्स करते हैं। साथ ही मार्केट में मिलने वाले स्किन केयर प्रोडक्ट्स का भी इस्तेमाल करते हैं। जिसकी वजह से हमारी स्किन खिली-खिली रहती है। लेकिन कई बार अंजाने में हम कुछ ऐसी लापरवाही कर देते हैं, जिसकी वजह से हमारी स्किन मुश्किल में पड़ जाती है। दरअसल, हम यहां पर लूफा की बात कर रहे हैं। जिसका नहाने के दौरान इस्तेमाल किया जाता है। ऐसे में अगर आप भी लूफा का इस्तेमाल करते हैं। तो आपको संपलने की जरूरत है। यहां पर हम आपको कुछ ऐसी बातें बताने जा रहे हैं, जिनका ध्यान आपको लूफा का इस्तेमाल करने के दौरान करना चाहिए। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको बताने जा रहे हैं कि लूफा का इस्तेमाल करने के दौरान किन बातों का खास ख्याल रखना चाहिए।

पूरा दिन रखें सूखा

अक्सर नहाने के बाद हम लूफा को बाथरूम में ऐसे जगह पर लटका देते हैं, जहां पर वह हमेशा पानी में भीगा रहता है। बता दें कि नहाने के बाद लूफा को अच्छे से साफ करने के बाद उसको सूखी जगह पर रखें। क्योंकि नमी में बैक्टीरिया और फंगस जल्दी पनप सकते हैं।

समय पर बदलें

अगर आप लूफा का इस्तेमाल करते हैं, तो आप इसको समय पर बदलना बेहद जरूरी है। हर 3-4 हफ्तों में लूफा को बदल देना चाहिए।



स्किन केयर के ये 4 प्रोडक्ट त्वचा को कर देते हैं बर्बाद, आज से ही बंद कर दें इस्तेमाल



ड्राई स्किन से लेकर मुंहासों के लिए किसी खजाना से कम नहीं है टी ट्री ऑयल

टी ट्री का ऑयल त्वचा की देखभाल में कमाल घटक है, यह अपने व्यापक लाभों के लिए जाना जाता है। ऑस्ट्रेलियाई मूल के मेलेलुका अल्टिफोलिया पेड़ की पत्तियों से प्राप्त इस तेल का उपयोग सदियों से पारंपरिक चिकित्सा में किया जाता रहा है। आज के समय में यह त्वचा संबंधी अनेक समस्याओं के समाधान के लिए एक उपयोगी समाधान बना हुआ है। आइए जानते हैं टी ट्री का ऑयल के इस्तेमाल करने से क्या फायदे मिलते हैं।

खुजली वाली त्वचा से छुटकारा पाएं

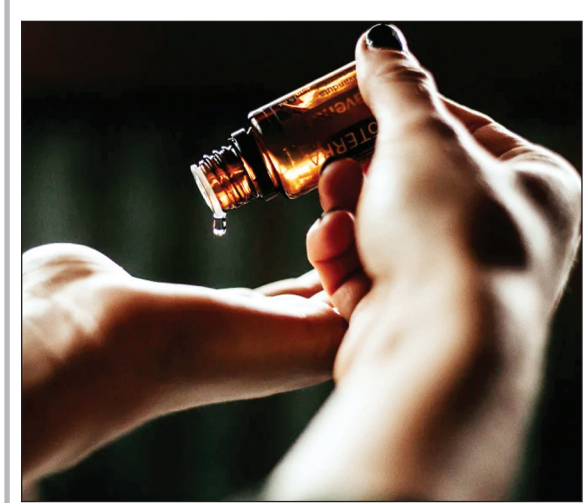
यदि आप खुजली वाली त्वचा से जूझ रहे हैं, तो टी ट्री का ऑयल एक अच्छा समाधान हो सकता है। इसके सूजनरोधी गुण किसी भी अंतर्निहित संक्रमण को ठीक करने के साथ-साथ जलन और परेशानी को शांत करने में मदद करते हैं। नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन में प्रकाशित 2012 के एक अध्ययन में टी ट्री का ऑयल पलकों को खुजली को कम करने में प्रभावी पाया गया। राहत के लिए, कुछ बूंदों को मॉइस्चराइजर या कैरियर तेल के साथ मिलाएं और इसे प्रभावित क्षेत्रों पर दिन में कुछ बार लगाएं।

सूजन को प्राकृतिक रूप से शांत करें

टी ट्री का ऑयल दर्दनाक और ड्राई स्किन को कम करने में मदद कर सकता है। हेल्थलाइन द्वारा उल्लिखित शोध में पाया गया कि टी ट्री का ऑयल त्वचा की संवेदनशीलता को प्रभावी ढंग से शांत करता है। उपयोग करने से पहले, बस एक किसी भी ऐशियल तेल या मॉइस्चराइजर में एक बूंद मिलाएं और इसे प्रभावित क्षेत्रों पर दिन में कुछ बार लगाएं।

मुंहासे को दूर करता है

टी ट्री का ऑयल अपने सूजनरोधी और रोगाणुरोधी गुणों के कारण मुंहासे के इलाज के लिए व्यापक रूप से पसंद किया जाता है। यह साफ और चिकनी त्वचा के लिए मुंहासे के निशान को रोकने और कम करने में भी मदद कर सकता है। टी ट्री ऑयल की तीन बूंदों को दो ऑंस विच हेज़ल के साथ मिलाएं और इसे पूरे दिन टोनर के रूप में लगाएं। आप ऐसे फेस वॉश, मॉइस्चराइजर या स्पाईट ट्रीटमेंट का विकल्प भी चुन सकते हैं जिनमें चाय के पेड़ का तेल होता है।



मिनटों में गायब होंगे चेहरे के पिंपल्स से लेकर झुर्रियां, बस इस तरह से लगाएं कच्ची हल्दी

चेहरे पर मुंहासे होने से लेकर त्वचा की झुर्रियों को दूर करता है हल्दी। ज्यादातर लोग हल्दी से आधारित फेस क्रीम या फेस वॉश पर निर्भर रहे होंगे। हालांकि, कच्ची हल्दी के फायदे हल्दी आधारित उत्पादों से बेहतर हैं। आप भी चेहरे के पिंपल्स को हल्दी के जरिए हटा सकते हैं। क्या आपने कभी सोचा है कि शादी से पहले के उजसों के दौरान हल्दी समारोह क्यों किया जाता है? यह सदियों पुराना अनुष्ठान जोड़े के लिए एक नए जीवन की शुरुआत का प्रतीक है और यह भी माना जाता है कि हल्दी जल्द ही शादी करने वाले जोड़े को बुरी नजर से बचाता है। शादी से पहले हल्दी या कच्ची हल्दी लगाने से यह सुनिश्चित होता है कि दूल्हा और दुल्हन को चमकदार और साफ त्वचा का आशीर्वाद मिले। ऐसा इसलिए है क्योंकि हल्दी अपने उपचार, सूजन-रोधी और एंटीऑक्सीडेंट गुणों के लिए जानी जाती है।

कच्ची हल्दी खनिज और विटामिन से भरपूर होती है। यह भी माना जाता है कि पाउडर या सूखे रूपों की तुलना में इसमें कर्व्यूमिन की उच्च सांद्रता होती है। साथ ही, हल्दी उत्पादों में पाए जाने वाले रासायनिक तत्व फायदे से ज्यादा नुकसान कर सकते हैं।

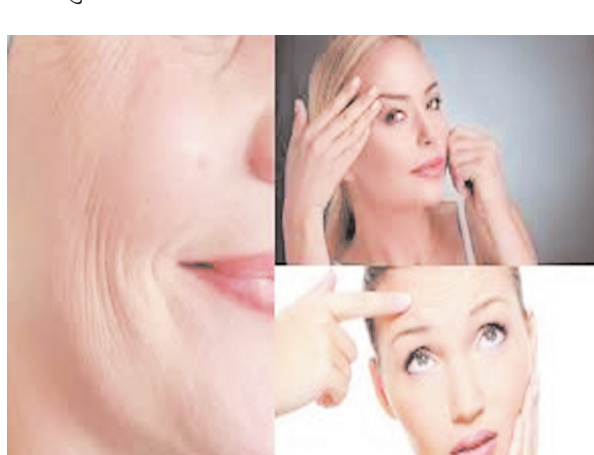


त्वचा की देखभाल के लिए कच्ची हल्दी को शामिल करें

मुंहासे सबसे आम त्वचा समस्याओं में से एक है जो सभी उम्र के लोगों को प्रभावित करती है। मुंहासों के इलाज के लिए कच्ची हल्दी एक बेहतरीन उपाय हो सकती है। यह त्वचा को सूजन को कम करता है और मुंहासों को रोकने में मदद करता है। इसके अलावा, फर्माट्यूटर में प्रकाशित एक अध्ययन से पता चलता है कि करक्यूमिन ब्रेकआउट से लड़ सकता है।

नमी प्रदान करता है

सर्दियों का मौसम त्वचा की कई समस्याओं के साथ आता है, जिसमें रूखापन भी शामिल है, जिससे हमारा चेहरा सुस्त दिखने लगता है। त्वचा को गहरी नमी प्रदान करने के लिए घर पर बना हल्दी मास्क या पैक लगाना बहुत उपयोगी हो सकता है। यह मृत त्वचा कोशिकाओं को भी हटाता है जिससे नई त्वचा कोशिकाओं का पुनर्जनन होता है।



समय से पहले बुढ़ापा कम करता है

युवी किरणों और पर्यावरण प्रदूषण के संपर्क में आने से त्वचा के प्राकृतिक तेल संतुलन में बाधा आ सकती है, जिसके परिणामस्वरूप महीन रेखाएं, झुर्रियां और उम्र के धब्बे सहित समय से पहले त्वचा की उम्र बढ़ने लगती है। करक्यूमिन, एक उच्च एंटीऑक्सीडेंट यौगिक होने के कारण, कोलेजन उत्पादन को बढ़ाता है और आपकी त्वचा की लोच को मजबूत करता है।



