

تولید صابون اسکراب در منزل

برای اینکه پوست صورت یا بدن، شاداب و شفاف داشته باشید لازم است که پوست خود را از سلول های مرده پاکسازی کنید. برای این کار باید از لایه بردار استفاده کنید در قدیم از سفید آب برای لایه برداری پوست استفاده میکردند اما امروزه این کار را اسکراب ها انجام میدهند.

اسکراب دارای خاصیت های زیادی میباشد:

- حذف سلول های مرده پوست
- درمان لکه های تیره جای جوش
- آب رسانی، نرم کنندگی و مرطوب کنندگی پوست بدن
- از بین بردن جوش های بدن مثل جوش های کمر زیرا اسکراب می تواند با باز کردن منافذ مسدود جوش و جای جوش و حتی لکه های پوستی را از بین ببرد.
- اسکراب به دلیل ماساژ پوست باعث ریلکس، آرامش و دور شدن استرس می شود.

در ادامه با نحوه تولید انواع صابون اسکراب آشنا می شویم.

نحوه تولید صابون اسکراب خانگی:

شما با توجه به پوست خود باید اسکراب مورد نظر خود را بسازید ما به شما کمک میکنیم تا با توضیحاتی که پایین داده شده به پوستی شفاف و شاداب و ایده آل خود برسید.

پوست خشک:

اگر پوست خشکی دارید از گلیسرین یا گلیسرول که خاصیت نرم کنندگی، مرطوب کنندگی و آبرسانی دارد استفاده کنید. روغن زیتون علاوه بر گلیسرین که برای چرب شدن دست و بدن به کار می رود روغن زیتون می تواند جایگزین مناسبی نیز باشد اگر به صابون یا شامپوی بدن خود کمی روغن زیتون اضافه کنید بعد از حمام احتیاجی به مرطوب کننده و لوسیون ندارید. علاوه بر این روغن زیتون خاصیت آبرسانی دارد و حس خشکی و پوسته شدن پوست را از بین می برد.

کمبود ویتامین A:

شیر نارگیل حاوی ویتامین A میباشد و این ویتامین باعث حفظ حالت ارتجاعی پوست می شود. شیر نارگیل می تواند پوست را تمیز کند و لایه های مرده پوست را از بین ببرد و پوست را تمیز، شفاف و آبرسانی کند.

روغن های گیاهی:

این روغن ها علاوه بر این که رادیکال های آزاد پوست را برمی دارد می تواند التهابات پوست را هم کاهش دهد و به همین خاطر از ببری پوست جلوگیری می کند.

آفتاب سوختگی و حساسیت:

اگر دچار آفتاب سوختگی شده اید در کنار شوینده هاتان از عسل استفاده کنید چون این ماده خاصیت ضدالتهابی و ضد باکتریایی دارد و از خارش پوست جلوگیری میکند. علاوه بر عسل، شی باتر خاصیت ضدالتهابی و ضد باکتریایی دارد. این ماده حاوی ویتامین E است که باعث میشود که حساسیت های پوستی را از بین می برد و به سلامت آن کمک می کند.

روغن بادام و روغن کرچک این روغن ها که منشأ گیاهی دارند باعث میشود پوست تمیز و درخشان شود. روغن کرچک حاوی ویتامین E و امگا ۶ و انواع دیگری از ویتامین ها و پروتئین ها میباشد که خاصیت ضد التهابی دارد و باعث رطوبت رسانی پوست می شود.

انواع اسکراب و طرز تهیه آنها:

اسکراب قهوه:

کافئین موجود در قهوه باعث بیدار شدن پوست و افزایش جریان خون در زیر پوست می‌شود که طراوت را به پوست هدیه می‌دهد. همینطور آنتی‌اکسیدان موجود در قهوه در لایه برداری پوست نقش بسزایی دارد.

□ مواد لازم برای اسکراب قهوه و شکر:

قهوه چهار قاشق غذاخوری

شکر قهوه‌ای چهار قاشق غذاخوری

روغن زیتون دو قاشق غذاخوری

دو قاشق غذاخوری روغن نارگیل

طرز تهیه و روش مصرف:

در کاسه ای مناسب همه مواد ذکر شده را باهم ترکیب کنید تا به حالت خمیری دربیاید.

در حمام پس از شست‌وشوی پوست بدن ترکیب فوق (اسکراب قهوه و شکر) را به آرامی و به صورت دورانی روی پوست بکشید و حدود ۱۰ تا ۱۲ دقیقه روی پوست ماساژ دهید و بعد از ماساژ اجازه دهید یک تا دو دقیقه روی پوست بماند و سپس با آب گرم آبکشی کنید این اسکراب را ۸ تا ۱۰ بار در ماه انجام دهید تا لایه های مرده پوست از بین برود و پوستتان شفاف و درخشان شود.

اسکراب شکر و روغن زیتون:

این اسکراب نه تنها عنوان شفاف شدن و لایه برداری پوست استفاده می‌شود بلکه به عنوان افزایش انرژی بدن نیز کاربرد دارد.

□ مواد لازم:

چهار قاشق غذاخوری خوری روغن زیتون

یک لیوان شکر (ترجیحا شکر قهوه‌ای)

سه قاشق چایخوری روغن نعنا

○ طرز تهیه و روش مصرف:

شکر، روغن زیتون و روغن نعنا را در ظرفی باهم مخلوط کنید تا مخلوطی یک دست به دست آوردید.

سپس آن را روی پوست تمیز به مدت ۱۰ الی ۱۲ دقیقه به صورت دورانی ماساژ دهید.

اسکراب لیموترش شکر عسل:

لیموترش دارای مقادیر بسیار زیادی ویتامین C است. ویتامین C باعث روشن و درخشان شدن پوست می‌شود پس می‌تواند پوستتان را به خوبی تغذیه کند بهتر است بعد از استفاده از این اسکراب از ضدآفتاب استفاده کنید. از این اسکراب دو بار در هفته استفاده کنید تا شاهد پوستی شفاف و درخشان باشید.

□ مواد لازم:

شکر (ترجیحا شکر قهوه ای) دو قاشق غذا خوری

عسل طبیعی دو قاشق غذاخوری

لیموترش تازه یک عدد

آب به مقدار لازم

○ طرز تهیه و روش مصرف:

همه مواد ذکر شده را با هم ترکیب کرده و به مدت ۵ الی ۶ دقیقه روی پوست تمیز به صورت دورانی و آرام ماساژ دهید. سپس به مدت یک تا دو دقیقه اجازه دهید روی پوستتان بماند و سپس آبکشی کنید.

اسکراب ماست و عسل برای پوست چرب:

این اسکراب خاصیت پاک‌کنندگی دارد و سلول‌های مرده پوست بدن را از بین می‌برد و علاوه بر این باعث مرطوب شدن پوست می‌شود. عسل خاصیت آبرسانی و مرطوب‌کنندگی دارد. ماست چربی پوست را کنترل می‌کند و خاصیت ضدالتهابی دارد.

□ مواد لازم:

ماست غلیظ و کم چرب دو قاشق سوپخوری

روغن زیتون دو قاشق چایخوری

عسل طبیعی دو قاشق چایخوری

شکر سه قاشق غذاخوری

اوتمیل یک قاشق سوپخوری

○ طرز تهیه و روش مصرف:

عسل، شکر، اوتمیل، ماست، روغن زیتون را باهم ترکیب کنید و به آرامی و به صورت دورانی روی پوست ماساژ دهید و بعد از چند دقیقه با آب ولرم بشویید.

اسکراب نارگیل برای پوست خشک:

این اسکراب تمام آلودگی‌های موجود روی پوست را از بین می‌برد و پوست را مرطوب نگه می‌دارد و از خشک شدن پوست جلوگیری می‌کند.

□ مواد لازم:

روغن نارگیل چهار قاشق غذاخوری

شکر (ترجیحا شکر قهوه‌ای) چهار قاشق غذاخوری

وانیل نصف قاشق چایخوری

○ طرز تهیه و روش مصرف این اسکراب:

همه مواد ذکر شده را باهم ترکیب می‌کنیم و روی پوست تمیز به صورت دورانی و به آرامی ماساژ می‌دهیم و پس از یک الی دو دقیقه اجازه می‌دهیم تا روی پوست بماند.

در صورت نیاز از مرطوب‌کننده استفاده کنید.