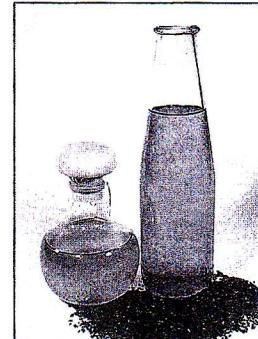


ผิวใสและผิวขาวด้วยน้ำมันงา

1.น้ำมันงาทำให้ผิวขาวด้วยน้ำมันงา

ใช้น้ำมันงาโอลิมเล่นผึ่งและหนังคีรีจะพอประมาณ อย่าให้ชุ่มจนเกินไป ทาเล่นผึ่งและหนังคีรีจะด้วยน้ำมันงาเป็นประจำจะทำให้ผิวคลีน หวังง่าย และควรกิน กาแฟเป็นประจำควบคู่กันไปจะทำให้ผิวขาวด้วยน้ำมันงาอยู่เสมอ



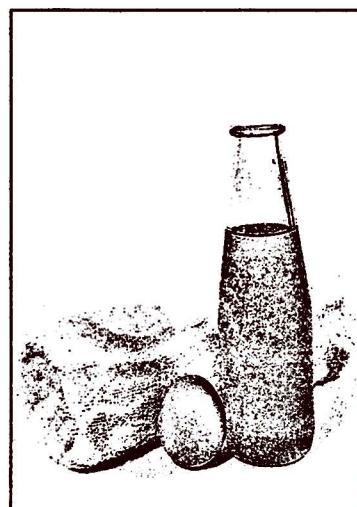
2.น้ำมันงารักษาผิวแห้งแตกปลาย

ส่วนผสม

- ไข่ไก่ 1 ฟอง เอาเฉพาะไข่แดง
- น้ำมันงา 2 ช้อนโต๊ะ

วิธีใช้

ตีไข่เด่นเข้ากับน้ำมันงา เทใส่ในถ้วย เอาขี้ตังไฟอ่อนๆ พอกอุ่นแล้วยกลงทึบไว้ สักครู่ หลังสารผึ่ง นำมาซีล์ฟอยล์ให้严 หัวคีรี คลุมด้วยผ้าขนหนู ทิ้งไว้ 30 นาที จึงล้างออกด้วยน้ำอุ่น ทำสัปดาห์ละ 2 ครั้งต่อเนื่องจะเห็นผลการผิวแห้งแตกปลายดีขึ้น



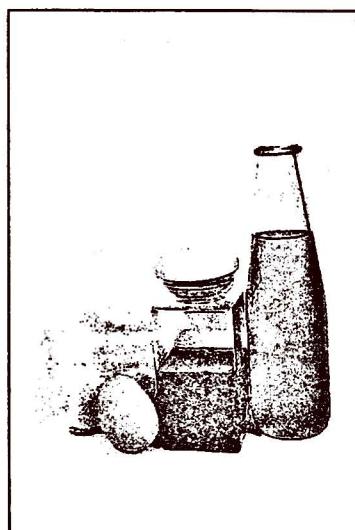
3.ครีมปรับสภาพเส้นผ่านน้ำมันงา

ส่วนผสม

- น้ำผึ้ง 2 ช้อนชา
- น้ำมันงา 4 ช้อนโต๊ะ
- ไข่ไก่ 1 ฟอง เอาเฉพาะไข่แดง

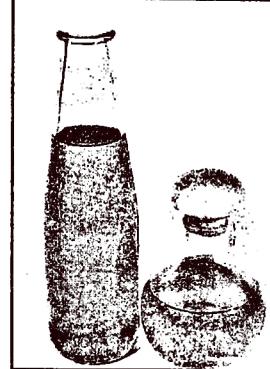
วิธีใช้

นำน้ำมันงา ไข่แดง และน้ำผึ้งมาตีให้เข้ากัน หลังจากสารผึ่งใช้ซีล์ฟอยล์เล่นผึ่งให้严 หัวคีรี ใช้มีวนัดเล่นผึ่งและหนังคีรีจะเบาๆ หลังจากนั้นใช้ผ้าขนหนูคลุมทิ้งไว้ 30 นาที จึงล้างออกด้วยน้ำอุ่น ทำสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง



4. บำรุงผิวด้วยน้ำมันงา

ใช้น้ำมันงาทาผิวเป็นประจำ โดยใช้น้ำมันงาอุ่นๆ โลมผิวพรรณทั่วตัว หรือบริเวณที่ต้องการบำรุง ทิ้งไว้ 20 นาที และล้างออกหรืออาบน้ำด้วยน้ำอุ่น จะช่วยบำรุงผิวพรรณ ทำให้ผิวสดใส มีน้ำหน้า ไม่แห้งกร้าน เหมาะที่จะใช้ในหน้าหนาว และเหมาะสมสำหรับผู้ที่มีอายุมากขึ้นที่ผิวแห้งกร้าน ขาดน้ำมัน



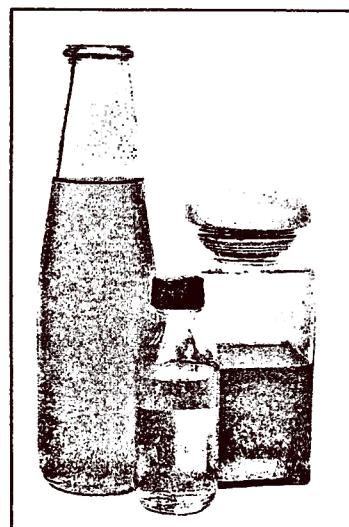
5. มีอย่างกร้านได้ด้วยน้ำมันงา

ส่วนผสม

- น้ำมันงา 3 ช้อนโต๊ะ
- น้ำผึ้ง 3 ช้อนโต๊ะ
- น้ำมันหอมระเหย 3-4 หยด

วิธีใช้

ผสมน้ำมันงากับผึ้งในหม้อ แล้วนำไปตั้งไฟอ่อนๆ คนให้เข้ากัน พอกอุ่นแล้วจึงยกลง เติมน้ำมันหอมระเหยตามที่ต้องการ คนให้เข้ากัน ใช้ทาเมื่อ แขน และบริเวณผิวที่หายใจร้อน ทิ้งไว้ 20 นาที และล้างออกด้วยน้ำอุ่น



6. ครีมปรับสภาพผิวน้ำมันงา

ส่วนผสม

- น้ำมันงา 1 ช้อนโต๊ะ
- ลาโนลีน 3 ช้อนโต๊ะ

วิธีใช้

นำลาโนลีนใส่หม้อ เอาขี้นตั้งไฟอ่อนๆ จนลาโนลีนละลาย แล้วจึงเติมน้ำมันงาลงไป คนให้เข้ากันแล้วจึงยกลง คนต่อจนส่วนผสมเป็นครีมข้น ทิ้งไว้ให้เย็น ตักใส่ขวดที่มีฝาปิด ใช้ทาผิวเมื่อและน้ำมือตอนก่อนนอน จะช่วยปรับสภาพผิว ดูแลผิวมือได้ดี

