

به نام خدا

سلام از وقتی ترکیب بی نظیر وبه دوستان ودانشجویان در کلاسهای سبک زندگی سالم یاد دادم خدارا شکرخبر های خوشی در رابطه با پوست ومو میشنویم .

تصمیم گرفتم در این مقاله این پودر عالی را معرفی کنم

پودر ی به نام حمام

این پودر شامل

۶۰۰گرم مورد

۳۰۰گرم سدر

۱۰۰گرم حنا



حنا



این مواد با هم مخلوط کرده در یک شیشه نگهداری کنید

در مواقع استفاده که در پایین توضیح داده میشود ۱ یا ۲ قاشق غذا خوری از پودر را بسته به میزان نیاز شما برداشته با حدود ۱ یا ۲ قاشق غذا خوری روغن زیتون و ۱ قاشق غذا خوری سرکه سیب مخلوط کرده و خمیر حاصله را به سر و به بدن بمالید بعد از ۵ یا ۱۰ دقیقه آبکشی انجام شود

از این پودر میتوانید در موارد زیر استفاده کنید :

شوره سر ، جوش روی سر ، چربی زیاد پوست سر (البته در این جا میزان روغن موجود در مخلوط را کم کنید) ، خشکی موها و پوست سر و بدن (البته اینجا مقدار سرکه را کمتر کنید)

تیرگی زیر بغل و کشاله ران پا ، آگزمای پوستی ، بوی بد پا ، قارچ لای انگشتان پا ،

بوی بد عرق ، رفع ریزش مو ، موخره ،