



## پاکسازی صورت در خانه

پاکسازی صورت در خانه با مواد طبیعی؛ روشی ارزان و موثر برای داشتن پوستی زیبا

پاکسازی صورت در خانه با مواد طبیعی؛ روشی ارزان و موثر برای داشتن پوستی زیبا «[مقالات](#)» [مدویکا](#)  
بازدید 7

پاکسازی صورت در خانه، یکی از بهترین روش هایی است که می توان برای مراقبت از پوست معرفی کرد. این کار می بایست به صورت دوره ای انجام شود تا بتوانید در طولانی مدت شاهد نتایج آن باشید. در ادامه این مقاله به معرفی انواع روش های پاکسازی صورت در خانه، تفاوت فیشیال با پاکسازی پوست در خانه و مزیت های پاکسازی پوست در خانه و کلینیک می پردازیم



**زیبا بودن و زیبا شدن زمان و سن نمی شناسد**

[www.medvika.com](http://www.medvika.com)

ساعت پاسخگویی: ۹ تا ۲۰

☎.۹۳۸۶.۶۹.۷۵

برای دریافت مشاوره رایگان و رزرو نوبت با شماره درج شده در بنر تماس حاصل نمایید

سرفصل های مقاله [پنهان](#)

مزایای پاکسازی صورت در خانه.1)

پاکسازی خانگی صورت در 5 دقیقه.2)

نکات مهم برای پاکسازی پوست در منزل.3)

تفاوت فیشیال با پاکسازی صورت در خانه.4)

ویدیو مراحل پاکسازی صورت در کلینیک پوست و مو (5)

کلام آخر (6)

سوالات متداول پیرامون پاکسازی صورت در خانه (7)

مقاله پاکسازی صورت در خانه pdf دانلود (8)

## مزایای پاکسازی صورت در خانه

داشتن پوستی درخشان و شفاف، یکی از معیارهای اصلی زیبایی و سلامتی در همه افراد، اعم از بانوان و آقایان محسوب می شود. پاکسازی صورت در خانه، روشی موثر و مقرون به صرفه برای پیشگیری از بسیاری مشکلات پوستی است. در ادامه به معرفی مهم ترین

مزیت های پاکسازی پوست در منزل می پردازیم

1. جوانسازی و آبرسانی به پوست
2. بهبود ظاهر پوست و شفاف و درخشان شدن آن
3. کمرنگ شدن و از بین رفتن تدریجی لکه های پوستی
4. حذف جوش های سرسفید و سرسیاه
5. لایه برداری و از بین رفتن سلول های مرده پوست



پاکسازی باعث شفافیت پوست، جوانسازی و رفع جوش و آکنه می شود

موارد ذکر شده تنها بخشی از مزایای پاکسازی پوست هستند. اگر فرآیند پاکسازی صورت به صورت عمیق و تخصصی انجام شود، اثرات آن زودتر قابل مشاهده بوده و نتایج ماندگارتری برای شما به همراه خواهد داشت

## **پاکسازی خانگی صورت در 5 دقیقه**

پاکسازی صورت در خانه، یک روتین پوستی است که باعث حذف آلودگی، چربی و سلول های مرده روی پوست می شود و می تواند به افزایش سلامت پوست و ظاهر عمومی آن کمک کند. مراحل پاکسازی پوست خانگی عبارتند از

### **شست و شوی صورت -1**

اولین و مهم ترین مرحله برای پاکسازی صورت در خانه، پاک کردن پوست از هرگونه آلودگی و مواد آرایشی است. برای این کار می توانید با مشورت پزشک داروساز، شوینده مناسب با نوع پوست خود را خریداری کنید. در این مرحله نیاز به خرید شوینده های گران قیمت و برندهای خاص نیست

### **لایه برداری پوست -2**

لایه برداری باعث از بین رفتن سلول های مرده و بازشدن منافذ پوست می شود. در این مرحله برخی افراد بعد از پاکسازی دچار التهاب و جوش می شوند که به دلیل بالا آمدن باکتری های زیرپوست است و طی چند روز برطرف می شود. برای لایه برداری می توانید از محصولات موجود در بازار استفاده کنید. اسکراب یا لایه بردارهای حاوی سالیسیک اسید، برای پوست های چرب و افرادی که مستعد جوش و آکنه هستند توصیه می شود. البته طرز دستورالعمل تهیه اسکراب های خانگی زیادی نیز در بازار وجود دارد که می توانید با کمی جستجو در اینترنت نیز به آن ها دسترسی پیدا کنید

### پاکسازی خانگی صورت با بخور -3

استفاده از بخور، علاوه بر شفافیت پوست، منافذ پوست شما را کوچک کرده و باعث بیرون آمدن و نرم شدن جوش های سرسیاه و چرکی می شود. این مرحله بسیار مهم است و نباید به هیچ عنوان از مراحل پاکسازی پوست حذف شود. برای این کار، مقداری آب را بجوشانید و درون آن چای سبز کیسه ای یا کمی روغن اسطوخودوس بیاندازید، سپس با قراردادن حوله یا پارچه ای روی سر، سر خود را روی بخار قرار دهید به گونه ای که پوست شما بر اثر حرارت بخار دچار سوختگی نشود



علاوه بر روش های سنتی، می توانید از دستگاه بخور برای دریافت نتیجه بهتر پاکسازی پوست در منزل استفاده نمایید

### استفاده از ماسک صورت -4

اگر قصد انجام پاکسازی صورت در خانه را دارید توصیه می کنیم مراحل را به ترتیب انجام داده و هیچ یک از مراحل را حذف یا جایگزین نکنید تا نتیجه مطلوب بگیرید. اگر فرصت تهیه ماسک های طبیعی در خانه را ندارید می توانید از ماسک های مختلف موجود در بازار که خاصیت آبرسانی و تغذیه پوست را دارند استفاده کنید



برای

لایه برداری صورت می توانید از اسکراب های موجود در بازار استفاده نمایید

### استفاده از مرطوب کننده -5

آخرین مرحله در پاکسازی خانگی صورت، استفاده از کرم های مرطوب کننده و آبرسان است که باعث نرمی و لطافت پوست شده و از خشکی آن جلوگیری می کنند

### نکات مهم برای پاکسازی پوست در منزل

بهتر است برای شست و شوی صورت پوست های چرب و مختلط از شوینده های ژل مانند یا فوم استفاده کنید. برای پوست های خشک و معمولی نیز شوینده های کرم مانند مناسب هستند



اگر قصد پاکسازی عمیق پوست یا فیشیال صورت در خانه را دارید، توصیه می‌کنیم از لایه بردارهای حاوی دانه های اسکراب استفاده نمایید و به آرامی پوست خود را ماساژ دهید تا سلول های مرده جدا شوند. البته این نوع لایه بردارها برای پوست های حساس مناسب نیستند.

برای شست و شوی صورت خود حین پاکسازی صورت در خانه، از آب ولرم استفاده کرده و سپس پوست خود را با حوله نرم خشک کنید.

هنگام شست و شوی صورت بعد از زدن ماسک، به هیچ عنوان صورت خود را ماساژ ندهید و با کمک آب ولرم به آرامی مواد ماسک را از

روی صورت بشویید



به

جای ماسک های خانگی، می‌توانید از ماسک های ورقه ای موجود در بازار برای پاکسازی صورت در منزل استفاده کنید

نکته آخر که بسیار مهم است این که در مرحله آخر پاکسازی صورت بهتر است از مرطوب کننده ها و آبرسان های قوی استفاده کنید، زیرا پوست پس از پاکسازی صورت در خانه، چربی و سلول های مرده خود را از دست داده و مستعد خشک شدن است. برای این کار می‌توانید با مشورت پزشک داروساز یا متخصص پوست و مو، از مرطوب کننده هایی که خاصیت آبرسانی قوی دارند استفاده کنید

**تفاوت فیشیال با پاکسازی صورت در خانه**

در تعریف فیشیال صورت می توان گفت همان پاکسازی عمیق است که باعث آبرسانی و تغذیه بهتر پوست می شود و به نوعی مرحله پیشرفته پاکسازی صورت در خانه محسوب می شود.

یکی از تفاوت های اصلی پاکسازی صورت در خانه با فیشیال صورت، مدت زمان انجام هر یک از آن هاست. بهتر است پاکسازی پوست هر ماه یک الی دوبار انجام شود، اما توصیه می شود فیشیال صورت را به دلیل اثرات ماندگار تر آن هر دو ماه یکبار انجام دهید.



اگر

قصد فیشیال صورت در خانه را دارید باید به دنبال دستگاه ها و ابزارهای مخصوص برای این کار باشید.

پاکسازی پوست در خانه با استفاده از مواد طبیعی یا ماسک های شیمیایی موجود در بازار قابل انجام است، اما در فیشیال صورت، باید ماساژ صورت با دست و دستگاه های مخصوص انجام شود.

در کلینیک های زیبایی، هزینه فیشیال صورت نسبت به **پاکسازی پوست در مشهد** بیشتر است، از سوی دیگر، نتایج فیشیال در مدت زمان کمتری قابل مشاهده است و شما می توانید بعد از انجام آن، تغییرات اساسی را مشاهده کنید.

## ویدیو مراحل پاکسازی صورت در کلینیک پوست و مو

اگر از روش های فیشیال و پاکسازی صورت در خانه نتایج مطلوب دریافت نکرده اید یا پوست شما حساس است و نیاز به مراقبت های ویژه دارد، کارشناسان مجرب **مدویکا**، سامانه آنلاین معرفی بهترین پزشکان و مراکز زیبایی شهر مشهد، کلینیک سلامت ایده آل را به

عنوان بهترین کلینیک پوست و مو به شما معرفی می نمایند. در این کلینیک پس از دریافت مشاوره از بهترین متخصصان پوست و مو مشاهد، می توانید از خدمات متنوع درمانی و مراقبتی بهره مند شوید و نتایج آن را به سرعت مشاهده نمایید.

در ویدیو زیر می توانید با مراحل پاکسازی و فیشیال صورت در کلینیک سلامت ایده آل آشنا شوید.

این نکته را به خاطر داشته باشید که قیمت پاکسازی صورت در کلینیک نسبت به فیشیال پوست کمتر است اما تعداد جلسات مورد نیاز آن کمی بیشتر است.

**09386069075 و 05136166: شماره های تماس جهت دریافت مشاوره رایگان**

**ساعات پاسخگویی: همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت 9 الی 20**

کلینیک سلامت ایده آل، زیبایی و سلامت را برای شما به ارمغان می آورد

## کلام آخر

برخی افراد به جای مراجعه به کلینیک های زیبایی، ترجیح می دهند روتین پوستی خود را در سالن های زیبایی یا در منزل انجام دهند. پاکسازی صورت در خانه اگر به درستی انجام شود می تواند نتایج مثبتی برای افراد به همراه داشته باشد، اما بهتر است قبل از انجام این کار، در خصوص مواد و وسایل مورد نیاز اطلاعات کافی کسب کرده و مواد متناسب با نوع پوست خود را انتخاب کنید

## سوالات متداول پیرامون پاکسازی صورت در خانه

**علت التهاب و جوش زدن پوست بعد از پاکسازی صورت در خانه چیست؟**

در طول پاکسازی پوست، سلول های مرده از بین رفته و باکتری های لایه های زیرین پوست خارج می شوند و ممکن است باعث ایجاد جوش شوند که موقتی است و بعد از گذشت چند روز به صورت کامل برطرف می شود

**در صورت قرمزی و التهاب بعد از پاکسازی پوست چه اقداماتی انجام دهیم؟**

می توانید از کمپرس یخ استفاده کنید یا با مشورت پزشک متخصص پوست و مو، از کرم های مخصوص ضد التهاب استفاده کنید. به هیچ عنوان جوش ها را دستکاری نکنید و بگذارید خود به خود بهبود یابند

**آیا بعد از پاکسازی صورت در خانه می توانیم از لوازم آرایشی استفاده کنیم؟**

بهتر است یک الی دو روز بعد از پاکسازی پوست از لوازم آرایشی استفاده نکنید زیرا باعث بی اثر شدن نتایج پاکسازی صورت در منزل می شود

**برای انواع پوست چند بار در ماه پاکسازی صورت در خانه باید انجام شود؟**



برای پوست های معمولی و چرب، یک الی دو هفته یکبار می توانید پاکسازی صورت در خانه را انجام دهید، اما برای پوست های خشک و حساس، این کار هر ماه یکبار باید انجام شود.