چہرے پر چھائیاں, سیاہ داغ, دھبے

چہرے پر چھائیاں, سیاہ داغ, دھبے
Frekles, Lentigo-Chlosma

جلدی امرض میں سیاہ داغ، چھیپ، چھائیاں، مہاسے اورکیل وغیرہ
اگر بظاہر یہ تکلیف دہ نہیں ہیں لیکن ان سے انسانی حسن کی آب و تاب نہ صرف ماند پڑ جاتی ہے بلکہ نسیت و نا بود ہو جاتی ہے کیسی ہی پری رو عورت ہو یا مرد اس کے چہرے پر اگر سیاہ داغ اور مہاسے وغیرہ ہوں تو د یکھنے میں اچھا معلوم نہیں ہوتا اس سے نہ صرف چہرے کا حسن و جمال خراب ہو جاتا ہے بلکہ ان بد نما داغوں کی وجہ سے خوشنمائی خوبصورتی رہتی ہے اور انسان احساس کمتری کا شکار ہو جاتا ہے
وجوہات:
اس مرض کی کئی وجوہات ہوتی ہے جیسے تیز گرمی میں رہنا، دھوپ میں زیادہ
چلنا پھرنا، لباس اور بستر صاف نہ رکھنا، دیر ہضم اور گلی سڑی غزاوں کا استعمال
لڑکیوں میں ایام ماہواری کی رکاوٹ بندش تکلیف سے، شادی شدہ عورت میں حمل کے ایام میں یہ عارضہ ہو جاتا ہے
فساد خون, کمی خون ہاضمہ کی خرابی
بعض دفعہ زیادہ گوشت،شراب اور انڈہ وغیرہ کھانے سے یہ تکلیف ہو جاتی ہے
ماہواری کی بندش تکلیف سے ہو تو سمی سی فیوگا 30
ہاضمہ خراب ہو تو اس کی اصلاح کریں
ایسڈ نائٹرک 30
سیپیا 30/200
سلفر 30/200
گریفائٹس 30
ہائڈروکوٹیل مدرٹنکچر
فاسفورس 30
نیٹرم میور 30

چھائیاں سیاہ داغ کا دیسی علاج

چہرے کے سیاہ داغ/چھائیاں/سیاہ تل/دھبے/جھریاں!!

تلسی کے نرم پتے دس سے پندرہ گرام پیس کر کسی بھی جیل یا کریم میں ملا کے محفوظ کر لیں اور صبح شام کریم کی طرح لگائیں چند دن کے استعمال سے چہرے کی رونق بڑھ جائے گی اور چہرہ چمک اٹھے گا سن بلوغت میں لڑکوں اور لڑکیوں کے چہرے پہ اکثر داغ دھبے نکل آتے ھیں انکے لئے مفید تر ھے

چہرے کے کیل مہاسے اور داغ دھبوں کا دیسی علاج

علاج :۔ سنگترہ کے چھلکے دو تولہ ، تل کالے ایک تولہ ، ہلدی زرد ، صندل سفید ، بال چھڑ ، ناگر موتھا ، چھڑیلہ ، مغز بادام ہر ایک چھ ماشہ میدہ گندم دو تولہ سب چیزوں کے باریک پیس کر چنبیلی کا تیل ایک تولہ میں ملا کر لیپ بنا لیں رات کو چہرہ پر ملیں ، صبح اٹھنے پر کسی اچھے اینٹی سیپٹک صابن سے دھو لیں ، 15دن بعد چہرہ چاند کی طرح صاف ہوجائے گا ۔

š چہرے پر ہونے والی چھائیاں عام طور پر براؤن یا ہلکے سیاہ رنگ کے دائروں کی شکل میں ہوتی ہیں اور ان کا سائز ایک سے دوملی میٹر تک ہوسکتا ہے زیادہ خرابی کی صورت میں سائز میں اضافہ بھی ممکن ہے۔چھائیوںکی وجوہات میں ہارمونز میں عدم توازن، دھوپ کی شدت اور تمازت، غیرمعیاری غذا، تلی ہوئی اشیائ، سستا اور عام میک اپ وغیرہ ہو سکتی ہیں ۔

چھائیاں موروثی بھی ہوسکتی ہیں۔ یہ کوئی سنجیدہ یا خطرناک قسم کی بیماری نہیں عام طور پر اس کا شکار خواتین ذہنی تناؤ کا شکار ہوجاتی ہیں۔ ان چھائیوں کا گھریلو اور قدرتی ہربل طریقوں سے بڑی آسانی سے چھٹکارہ پایا جاسکتا ہے۔

⋆کھٹی کریم یا کھٹا دودھ:
ان دونوں میں سے کسی ایک شے کی ایک یا دوتہہ جلد پر ہونے والی چھائیوں پر لگائیں اس طریقہ علاج کو بہت زیادہ موثر پایا گیا ہے یہ چھائیوں کے خاتمے کا سب سے اہم قدرتی طریقہ ہے۔ جس کے متواتر استعمال سے انہیں ہمیشہ کے لیے ختم کیا جاسکتا ہے۔ اس کے علاوہ بٹر ملک بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

⋆لیموں کارس:
لیموں کے جہاں بے شمار فوائد ہیں وہاں اس کا ایک سب سے بڑا فائدہ چھائیوں کا فوری خاتمہ کرنا بھی ہے تازہ لیموں کو درمیان سے کاٹ کر اس کا رس پورے چہرے پر مساج کی صورت میں لگاتے رہیں خاص طور پر متاثرہ حصوںپر زیادہ مساج کی ضرورت ہے۔ لیموں کا استعمال بہت جلد تبدیلی لاتا ہے۔

⋆شہد:
جلد کی حفاظت اور دلکشی کو برقرار رکھنے کے لیے شہد بہترین ہربل علاج ہے۔ تھوڑے سے شہد کو نیم گرم کرکے انگلی کی مدد سے چھائیوں پر لیپ کردیں اور پانچ منٹ بعد ہلکے سے رگڑیں۔ اس شہد میں اگر چٹکی بھر Wheat Germ شامل کرلیا جائے تو نتائج بڑی جلدی سامنے آتے ہیں۔

⋆پارسلے کا جوس/رس:
پارسلے جوس کی تھوڑی سی مقدار میں لیموں یا اورنج رس کی تھوڑی مقدار شامل کرکے اس مکسچر کو جلد کے متاثرہ حصّوں پر اچھی طرح رگڑیں اس مکسچر کو اپنی موئسچرائزنگ کریم لگانے سے پہلے اپلائی کیا جانا چاہیئے۔ یہ انتہائی اہم اور موثر طریقہ علاج سمجھا جاتا ہے۔

⋆کیسٹر آئل:
تحقیق سے یہ بات ثابت ہوچکی ہے کہ کیسٹر آئل چھائیوں کا حیرت انگیز طور پر خاتمہ کرتا ہے۔ کیسٹر آئل یا پھر وٹامن ای آئل کی تھوڑی سی مقدار چہرے کے گہرے داغ والے حصّوں پر اپلائی کریں۔ اور کچھ ہفتوں میں ہی اس کے مثبت نتائج دیکھیں۔

⋆پیاز:
قدیم زمانوں میں پیاز کا استعمال جلد کی حفاظت کے لیے کیا جاتا تھا۔ یہ تصور آج بھی موجود ہے۔ پیاز ایک چھوٹا سلائس جلد کے متاثرہ حصوں پر لگانے سے چھائیاں ختم ہوجاتی ہیں اس ضمن میں لال پیاز زیادہ موثر ثابت ہوتی ہے۔

⋆ہلدی اور تِل کے بیج :
ان دونوں اشیاءکو ہم وزن لے کر پیس لیں اس پیسٹ کو چھائیوں پر دس سے پندرہ منٹ تک لگائے رکھیں اور پھر ٹھنڈے پانی سے دھولیں۔ یہ سب سے اہم اور موثر طریقہ علاج ہے۔

⋆سرسوں کے بیج:
چند سرسوں کے بیج کی اچھی طرح پیس لیں اور رات کو سونے سے قبل اس پیسٹ کو چہرے پر نمودار ہونے والی چھائیوں پر لگائیں اور صبح سادہ پانی سے چہرہ دھولیں۔

⋆بادام:
دوسے تین باداموں کا چھلکا اُتار کر انہیں دودھ کے ساتھ پیس لیں اور چہرے پر لگائیں اس سے نہ صرف چھائیاں دور ہوں گی بلکہ رنگت میں بھی نکھار پیدا ہوگا۔

⋆دالیں:
ریسرچ سے یہ بات ثابت کی گئی ہے کہ ہر قسم کی دالوں میں ایسے قدرتی اجزاءپائے جاتے ہیں جو جلد کی حفاظت میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ چھائیوں کو دور کرنے کے لیے مونگ، ہرامونگ، ارہر یا کوئی سی بھی دال کا ایک کھانے کا چمچ رات بھر پانی میں بھگودیں صبح دال کو دودھ کے ساتھ پیس کر جلد پر لگائیں۔

⋆ایلوویرا:
حسن ودلکشی اور جلد کی حفاظت کے لیے ایلوویرا کا استعمال صدیوں سے جاری وساری ہے ایلوویرا کے پتوں کا تازہ گاڑھا جوس ان چھائیوں پر لگائیں اس عمل کو دن میں ایک یا دوبار مسلسل دو سے تین ہفتوں تک لگاتار کرتے رہنے سے چھائیاں دور ہوجاتی ہیں۔

⋆کھیرا:
کھیرے کے رس کی تھوڑی سی مقدار کو دودھ میں شامل کرکے لگانے سے بھی ان نشانات سے نجات حاصل ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ دہی کا ماسک بھی فائدہ مند ہے۔

اس کے ساتھ ساتھ آپ اگر اچھی کریم کا استعمال بھی جاری رکھیں تو چھائیوں سے بہت جلد چھٹکارا حاصل کرنے میں کامیاب ہو جائیں گے ۔

TALB E DUA Ź NAVEED REHMAN
what's up 03325863430