

KUNCI KEREMAJAAN KULIT



DENGAN BUAH PRUN

Ekstrak buah-buahan menjadi elemen wajib dalam rejim kecantikan kulit sejak zaman berzaman. Keunikan rasa buah prun sentiasa memikat hati ditambah pula dengan khasiat semula jadinya yang bertindak terhadap kulit. Buah prun memiliki nutrisi terpenting untuk kecantikan kerana kaya dengan zat besi, mineral dan protein. Bukan itu sahaja malah mengandungi antioksidan, serat, vitamin A, vitamin C, karbohidrat, niacin dan protein.

PENYELARAS: HAMIZATUL MAIZAN MOHAMED FOTO: WWW.123RF.COM

AWET MUDA DENGAN BUAH PRUN

◆ Mencegah Tanda Penuaan

Keenakan buah prun yang mencipta rasa masam manis itu sebenarnya adalah rahsia awet muda. Ini kerana buah prun kaya dengan beta-karotena dan vitamin yang dapat membantu mencegah tanda-tanda penuaan kepada kulit seperti garis halus dan pigmentasi. Kuasa antioksidan buah prun membantu menentang radikal bebas di bawah kulit seterusnya menghambat kedutan tercipta. Amalan menyapu buah prun di wajah dapat mencerahkan kulit secara semula jadi.

◆ Perisai Kulit Daripada Sinar UV

Buah prun sebenarnya adalah buah plum yang telah dikeringkan. Buah ini tinggi kandungan antioksidan dan kaya dengan protein berupaya melindungi kulit daripada kerosakan akibat sinar UV. Kerosakan kulit akibat sinar UV ini akan menjadikan kulit kasar dan kering namun dengan pengambilan buah prun dapat meningkatkan pertumbuhan sel kulit baharu.

◆ Mengelak Penuaan Awal

Ramai wanita akan berasa kecil hati jika orang mengandaikan umurnya lebih berusia berbanding usia yang sebenar. Ini yang dikatakan penuaan awal. Keremajaan kulit boleh dikekalkan dengan pengambilan buah prun. Ini kerana kuasa vitamin dan beta-karotena

mampu mengatasi masalah ini. Boleh juga menggunakan buah prun sebagai topeng wajah dengan mengisarnya dan sapu rata pada keseluruhan wajah. Biarkan selama 20 minit dan bilas dengan air yang bersih. Wajah lebih halus dan kulit menjadi kekal muda.

◆ Menghapuskan Jerawat

Jerawat sering berpunca apabila liang roma tersumbat dengan minyak dan sel kulit mati. Apabila jerawat timbul di atas kulit sering menjadikan keyakinan wanita jatuh merudum. Atasi dengan kehebatan buah prun yang berupaya menghilangkan jerawat serta mencegah munculnya jerawat kecil yang baharu. Pengambilan buah prun dapat meningkatkan aliran darah ke jaringan parut dan seterusnya membantu penghasilan jaringan kulit baharu lantas menghilangkan bekas luka jerawat di wajah.

◆ Wajah Kelihatan Lebih Muda

Minum jus prun setiap hari dapat membantu meningkatkan sel-sel kulit baharu sekali gus membuat kulit menjadi lembut dan bermaya. Buah prun juga berupaya mengurangkan bekas luka, kedut dan garis-garis halus di dasar kulit sehingga menjadikan penampilan lebih segar dan kekal remaja.