

Jinsi ya kutibu chunusi kwa kutumia papai

By SW - Melkisedeck Shine · April 9, 2022

Baini Siri za Kuwa na Afya Bora na Utimamu · #Karibu AckySHINE · #SMS, Vichekesho, Mahusiano, Biashara na Ujasiriamali, Afya, Chemsha Bongo, Dini pamoja na Vitabu kwenye PDF

Dawa nyingine madhubuti ya chunusi ni papai. Tunda hili ni moja ya matunda yanayotumika kwa ajili ya urembo hasa kwa wanawake.

Chukua papai na uchanganye na asali kidogo, likoroge kidogo na ujipake sehemu yenye chunusi moja kwa moja kwa dakika 15 hivi hivi kisha jioshe uso wako na maji ya moto kisha malizia na kujisafisha na maji baridi mra baada ya kutumia maji ya moto.

Fanya zoezi hili mara 2 mpaka 3 kwa wiki.

Printable AckySHINE Article · <https://ackyshine.com/post.php?post=24805>