

Mambo ya Kuzingatia Kama una ngozi Kavu na Kuepuka kuwa na ngozi kavu

By SW - Melkisedeck Shine · February 6, 2023

Dondoo za Urembo na Mitindo · #Karibu AckySHINE · #SMS, Vichekesho, Mahusiano, Biashara na Ujasiriamali, Afya, Chemsha Bongo, Dini pamoja na Vitabu kwenye PDF

Ngozi kavu inaweza kukufanya ukose raha kutokana na kuwasha mara kwa mara, lakini pia kupauka hii inaweza kusababisha mikunjo ya ngozi na hata kupatwa na vidonda katika ngozi. Ngozi kavu husababishwa na baridi lakini pia unaweza ukawa umezaliwa nayo tu upo hivyo. kama una ngozi ya aina hii basi haya ni mambo matatu ya kuyaepuka kufanya.

Kuoga maji ya moto kwa muda mrefu

Epuka kuoga maji ya moto mara kwa mara kunaweza kufanya yale mafuta natural yanayo moisturize mwili kukauka, ili kuepuka tatizo hili ni vyema ukatumia maji ya uvuguvugu au baridi katika kuoga au kunawa mwili wako.

kutumia vipodozi vyenye Alcohol Nyingi

Alcohol nyingi husababisha ngozi kuzidi kuwa kavu, wakati wa kwenda kununua vipodozi vyako hakikisha unasoma maelezo na kujua kiasi cha alcohol kilichopo kama ni nyingi usichukue chukua yenye kiasi kidogo.

Kuosha Ngozi Na Sabuni Mara Kwa Mara Na Kusugua Kwa Nguvu

Kuosha ngozi mara nyingi sana na sabuni ni njia ya mojawapo ya kupata ngozi kavu. Ngozi kavu iliyokasirika huathirika zaidi na maambukizi ya bakteria kwa sababu kuosha mara nyingi huondosha safu za kinga ya ngozi yako.

Printable AckySHINE Article · <https://ackyshine.com/post.php?post=26386>