**ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳಿನ ಹೇರ್‌ ಮಾಸ್ಕ್‌ ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಏನೆಲ್ಲಾ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಬಹುದು ಗೊತ್ತಾ?**

## ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳು ಬಹುಪಯೋಗಿ ಪದಾರ್ಥವಾಗಿದ್ದು, ಚರ್ಮ, ಕೂದಲು, ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ದೊರೆಕಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳು ಕೇಶ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಚಮತ್ಕಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಇಲ್ಲಿದೆ ಓದಿ.

ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳನ್ನು ಆರೋಗ್ಯ, ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಕೂದಲಿನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಜಾದು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳು ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.  
  
ಹಾಗೆಯೇ ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳಿನ ಫೇಸ್ ಪ್ಯಾಕ್‌ ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮೊಡವೆ, ಶುಷ್ಕ ಚರ್ಮ, ಕಲೆಗಳು, ಸುಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಉಲ್ಬಣಿಸದಂತೆ ತಡೆದು ಸೂಕ್ತವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳು ಕೂದಲಿಗೂ ಕೂಡ ಚಮತ್ಕಾರವನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಹೇರ್‌ ಮಾಸ್ಕ್‌ನ ಬದಲಾಗಿ ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳಿನ ಹೇರ್ ಮಾಸ್ಕ್ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ತಯಾರಿಸಿ ಧರಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಇದು ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲಿಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಹಾನಿಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.  
  
ಅಷ್ಟಕ್ಕೂ ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳಿನ ಹೇರ್‌ ಮಾಸ್ಕ್‌ ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ಸಿಗುವ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಸವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ ಓದಿ.

## ಕೂದಲು ಉದುರುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ

ಕೂದಲು ಉದುರುವುದು ಕೇಶ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದೇ ಹೇಳಬಹುದು. ಅನೇಕ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು ಕೂಡ ಕೂದಲು ಉದುರುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸೋತಿರಬಹುದು.

ಪುರಾತನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಉಪಯೋಗಗಳಿಂದ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿರುವ ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳು ಮಾತ್ರ ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲು ಉದುರುವಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.

ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳು ನಿಮ್ಮ ನೆತ್ತಿಯ ಮತ್ತು ತಲೆಹೊಟ್ಟುಗಳಂತಹ ಕಿರಿಕಿರಿ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತದೆ.

## ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ

ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲು ಉದುರುವಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ತಡೆಯಲು 5 ಚಮಚ ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳನ್ನು ರಾತ್ರಿಯಿಡೀ ನೆನೆಸಿ, ಮರುದಿನ ಪೇಸ್ಟ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅದಕ್ಕೆ 4 ರಿಂದ 5 ಹನಿ ನಿಂಬೆ ರಸವನ್ನು ಹಿಂಡಿ, ತಲೆಗೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸುಮಾರು 15 ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆಯಿರಿ.

## ​ತಲೆಹೊಟ್ಟು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ

ತಲೆಹೊಟ್ಟು ಕಿರಿಕಿರಿ ಮಾತ್ರ ಉಂಟು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಬದಲಾಗಿ ಕೂದಲು ಉದುರುವಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ. ಶಿಲೀಂಧ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿ, ನೆತ್ತಿಯನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿರುವಂತೆ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದುದು.

ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳು ಆಂಟಿಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಲ್‌ ಮತ್ತು ಆಂಟಿ ಫಂಗಲ್‌ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ನಿಮ್ಮ ನೆತ್ತಿಯ ತುರಿಕೆ ಮತ್ತು ತಲೆಹೊಟ್ಟಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ. ತಲೆಹೊಟ್ಟು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಹೇರ್ ಮಾಸ್ಕ್ ಬಳಸುವುದು ಉತ್ತಮ.

## ಕೂದಲು ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ

ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳಿನ ಹೇರ್‌ ಮಾಸ್ಕ್‌ ಬಳಸುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲು ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ. ಮೊದಲು ರೇಷ್ಮೆಯಂತಹ ನಯವಾದ ಕೂದಲಿಗಾಗಿ ರಾಸಾಯನಿಕ ಆಧಾರಿತ ಶಾಂಪೂ ಮತ್ತು ಕಂಡಿಷನರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ. ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳು ಕೂದಲಿನ ಎಳೆಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಅವುಗಳ ಬೇರುಗಳು ಮತ್ತು ಕಿರುಚೀಲಗಳನ್ನುಸಹ ಸ್ಥಿತಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ.

## ಕೂದಲ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ

ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳುಗಳು ನೆತ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಇರುವ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಮತ್ತು ಶಿಲೀಂಧ್ರಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ಕೂದಲ ಕಿರುಚೀಲಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು ಕೂದಲಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಿ, ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನೀವು ವಾರಕ್ಕೆ 2 ರಿಂದ 3 ಬಾರಿ ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳಿನ ಮಾಸ್ಕ್‌ ಬಳಸುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕೇಶ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

## ಬಿಳಿ ಕೂದಲಿನಿಂದ ಮುಕ್ತಿ

ಈಗಂತೂ ಹದಿ ಹರೆಯದರಲ್ಲಿಯೇ ಬಿಳಿ ಕೂದಲನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ಕಾರಣ ನಾವು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುವ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ಮತ್ತು ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಆಹಾರ ಎಂದೇ ಹೇಳಬಹುದು. ವಯಸ್ಸಾದಂತೆ ಕೂದಲು ಬಿಳಿಯಾಗುವುದು ಸಹಜ. ಆದರೆ 20 ರ ಹರೆಯದ ಯುವ ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಂಡು ಬಂದರೆ ಅದು ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ.

ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಕೂದಲನ್ನು ಪಡೆಯಬಾರದು ಎಂದು ನೀವು ಬಯಸಿದರೆ ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳಿನ ಹೇರ್‌ ಮಾಸ್ಕ್‌ ಅನ್ನು ಧರಿಸಿ.