## НИКОБ ЙОҒЛИ ЮЗ ТЕРИСИ УЧУН НИҚОБЛАР ХАКИДА КЕРАКЛИ МАЛУМОТЛАР

Ёғли юз терисида майда тешикчалар кўп бўлади ва тез кирланади. Шунинг учун ёғли юз териси учун мўлжалланган ниқоблар кўпроқ тозаловчи ёки тортувчи хусусиятга ега бўлиши керак.

Шундан кейингина озиқлантирувчи ёки намлантирувчи ниқобларни суртиш мумкин.

### Хамиртуруш ва водород пероксидли ииқоб

20 грамм хамиртуруш, 1-2 томчи лимон суви, 3 % ли водород пероксиди аралаштирилади ва кўпиртирилган масса 15-20 дақиқага юзга суртилади. Сўнгра юз аввал илиқ, кейин совуқ сув билан ювиб ташланади.

### Тухумли никоб

1 дона тухумнинг оқи кўпиртирилади. Кўпиртирил- гач, 1 чой қошиқ ун оз-оздан қўшилади ва юзга сур- тилади. Қуриши билан ниқоб қолдиқлари пахтали тампон билан қоқиб ташланади.

### Асалли ниқоб

1 дона тухумнинг оқи кўпиртирилади, сўнгра 1 чой қошиқ асал ва ярим чой қошиқ ун қўшилади. Яхшилаб аралаштирилгач, 20 дақиқага юзга суртилади, сўнг илиқ сув билан ювилади.

***Ushbu maqolalarni ham o‘qing:***

[tush tabiri kitobi](http://tushda.uz/tush-tabiri-kitobi/)

[tushda ilon](http://tushda.uz/tushda-ilon/)

[tushda tish tushsa](http://tushda.uz/tushda-tish-tushsa/)

### Тухум оқи ва лимонли ниқоб

дона тухумнинг оқи кўпиртирилади ва унга 1 чой қошиқ лимон суви қўшилади. Ниқоб 20 дақиқага юзга суртилади. Сўнгра аввал илиқ, кейин совуқ сув билан ювиб ташланади.

### Тортувчи ниқоб

Битта тухумнинг оқи кўпиртирилади ва унга 3 чой қошиқ борат кислотали сув қўшилади. 20 дақиқага юзга суртилгач, совуқ сув билан ювиб ташланади.

### Творог ва сметанали ниқоб

100 грамм творог 1 ош қошиқ сметана билан аралаштирилади. Унга 1 дона тухумнинг кўпиртирилган оқи қўшилади. 15-20 дақиқага юзга суртилганидан сўнг аввал илиқ, сўнгра совуқ сув билан ювиб ташланади.

### Сабзи ва унли ниқоб

1 дона қизил сабзи қирғичнинг йирик тишидан ўтказилади ва битта тухумнинг кўпиртирилган оқи билан аралаштирилади, озгина ун ҳам қўшилади. Яхшилаб аралаштирилгач, 15-20 дақиқага юзга суртилади. Сўнгра ювиб ташланади.

Ушбу ниқоб теринй юмшатади ва юздаги тешикларни торайтиради.

### Малинали ниқоб

1 ош қошиқ езилган малина ва 1 ош қошиқ суюқ асал аралаштирилгач, 20-30 дақиқага юзга суртилади. С^гра илиқ сув билан ювиб ташланади.

### Помидорли ниқоб

1 дона яхши пишган помидорнинг устидан аввал қайнаган, сўнгра совуқ сув қуйилади. Пўстлоги олингач, санчқи билан езилади-да, 20-30 дақиқага юзга суртилади. Сўнгра совуқ сув билан ювилади.

### Помидор ва укропли ниқоб

1 дона ўртача катталикдаги помидорнинг устига аввал иссиқ, сўнгра совуқ сув қуйилади. Пўстлоғи тозалангач, қирғичдан ўтказилади.

2 та тухум сариғи кўпиртирилади.

1 боғ укроп илдизи билан қирғичдан ўтказилгач, суви докадан сузиб олинади.

Барча масаллиқлар аралаштирилгач, 10-15 дақиқага юзга суртилади. Сўнгра ниқоб илиқ, кейин еса совуқ сув билан ювиб ташланади.

***Ushbu maqolalarni ham o’qing:***

[tushda olgan](http://tush.su/tushda-olgan/)

[chayon tushda](http://tush.su/chayon-tushda/)

[toshbaqa tushda](http://tush.su/toshbaqa-tushda/)

[tushda tuxum](http://tush.su/tushda-tuxum/)

### Қовун ва ҳатиҳля ниқоб

Яхши пишган қовуннинг кичкина 1-2 бўлаги пўстидан тозаланади ва санчқи билан езилади. Унга 2 ош қошиқ қатиқ қўшилгач, яхшилаб аралаштирилади. Ниқоб юзга 20-25 дақиқага суртилганидан сўнг совуқ сув билан ювиб ташланади.

Ушбу ниқоб қаттиқ тортиш хусусиятига ега бўлгани учун уни ҳафтада бир марта бажарган маъқул.  
Борат кислотали ниқоб

1 дона бодринг пўсти билан қирғичнинг майда тишидан ўтказилади ҳамда ярим чой қошиқ борат кислотаси қўшилади. Масаллиқлар яхши аралаштирилгач, идиш 5-6 дақиқага сув буғига қўйилади. Ундан олингач, озгина илитилади.

Аралашмадан ажралиб чиққан сув билан пахтали тампон ёрдамида юз ва бўйин соҳаси артилади. Сўнгра қолган аралашма икки-уч қават докага тенг тақсимланиб, ётган ҳолатда юзга қўйилади.  
15 дақиқадан сўнг дока олиб ташланади ва юзга исталган озиқлантирувчи крем суртилади.

### Творог ва асалли ниқоб

3 чой қошиқ творог 1 чой қошиқ асал билан аралаштирилади ва 20 дақиқага юзга суртилади. Сўнгра совуқ сув билан ювилади.  
Бу ниқоб юзнинг силлиқлашишига ёрдам беради.

### Тухум оқидан тайёрланган ниқоб

1 ош қошиқ суюлтирилган асал, 1 ош қошиқ сули уни ва кўпиртирилган тухум оқи қўшилиб, қуюлгунича аралаштирилади. Юз терисига 20 дақиқага суртиб қўйилади, сўнг илиқ сув билан ювилади.

### Ундан тайёрланган ниқоб

2 ош қошиқ ун, 1 дона тухум оқи, 1 ош қошиқ асал суюқ хамир ҳолига келгунича яхшилаб аралаштирилади. Тайёр бўлган аралашма юзга суртилиб, 10-15 дақиқадан сўнг илиқ сувда ювилади.

### Бодрингли ниқоб

3 ош қошиқ майдаланган бодрингнинг устига 1 стакан қайнатилган сув қуйилади, қопқоқ билан ёпилиб, қайнаш учун 15 дақиқага буғ устига қўйилади. Оловдан олиб, 40-45 дақиқа давомида совутилади, сўнг докадан сузиб олинади.

Тайёр бўлган масаллиққа 1 чой қошиқ асал қўшиб, еригунича аралаштирилади. Бу ниқоб олдиндан пахта ёрдамида тозаланган юз ва бўйин терисига суртилади. 30 дақиқадан сўнг илиқ сувда ювиб ташланади.

### Мойчечак дамламасидан тайёрланган ниқоб

2 ош қошиқ асал 50 миллилитр мойчечак дамламасига солиб, аралаштирилади (дамлама учун 1 қисм мойчечак ўтига ярим литр қайнатилган сув қуйилади ва 5 дақиқа давомида буғ устида қайнатилади). Тайёр бўлган дамлама бир ҳафтада бир марта олдиндан тозалаб олинган юз терисига суртилади, 20-25 дақиқадан сўнг ювиб ташланади.

### Творогли ниқоб

2 ош қошиқ творог, ярим чой қошиқ суюқ асал ва 1 дона тухум яхшилаб аралаштирилади. Тайёр бўлган ниқоб юз терисига 15-20 дақиқага суртиб қўйилади, сўнг аввал илиқ сувда, кейин совуқ сувда ювиб ташланади.

### Петрушкали ниқоб

Петрушка, лимон ва бодринг қиргичнинг майда тишларидан ўтказилиб, яхшилаб аралаштирилади.  
20-25 дақиқадан кейин аввал илиқ, сўнгра совуқ сув билан ювилади. Ушбу усулда тайёрланган ниқоб юзни тиниқлаштириб, таранглаштиради, шунингдек, ҳуснбузарларнинг камайишига ёрдам беради.

### Глицеринли ницоб

Битга тухум оқи купиртирилиб, унга иккита лимон нинг суви қўгаилади, сунгра атир суви (одеколон) солиб, оипоқ ҳолга келгунича аралаштирилади. Шундан кейин пичоқ учида туз, 1 чой қошиқ глицерин солинади. Ушбу аралашма билан юз тунги уйқу олдидан артилади.

### Тухумли ниқоб

Битта купиртирилган тухумнинг оқига 2~3 томчи лимон шарбати қушилади. Аралаштирилгач, юзга бир текис қилиб суртилади. Юз устида юпқа парда ҳосил булганидан сунг иккинчи марта яна суртилади ва 20 дақиқадан сунг ювиб ташланади. Ушбу ниқоб юзни парвариш қилишда ҳамда ажинларни юқотишда жуда қул келади.

### Карамли ниқоб

1 дона тухумнинг сариғи билан 2-3 томчи лимон шарбати ёки қирғичнинг майда тишидан утказилган тузланган карам аралаштирилиб, 10-15 дақиқага юзга суртилади. Сунгра илиқ сув билан ювиб ташланади.

### Сметанали ниқоб

Иккита тухум сариғи, 100 грамм сметана, 50 грамм оч рангли одеколон, 1 дона лимоннинг шарбати яхшилаб аралаштирилиб, тозаланган юзга юпқа қилиб суртилади.

### Хамиртурушли ниқоб

20 грамм хамиртуруш, 1~2 томчи лимон шарбати ва 3 %ли водород пероксиди аралаштирилади ва кўпириши билан 15-20 дақиқага юзга суртилади. Сўнгра юз аввал илиқ, кейин совуқ сув билан ювиб ташланади.

### Махсус аралашмали ниқоб

1 дона тухум оқи кўпиртирилади, унга 1 дона лимон шарбати, 4 грамм глицерин, 100 грамм ароқ қўшиб аралаштирилади. Уни ерта баҳордан то кеч кузгача тайёрлаб, суртиш мумкин.

### БОАРИНГ ва лимонли ниқоб

Ўртача катталикдаги бодринг ва яримта лимон қирғичнинг майда тишидан ўтказилади. Ушбу масса бир текис қилиб юзга суртилгач, 10 дақиқадан сўнг илиқ сув билан ювиб ташланади.

### Сабзили ннқоб

Қизил сабзи қирғичнинг майда тишидан ўтказилиб, 2-3 томчи лимон суви, 1 чой қошиқдан зайтун ёғи ва гуруч уни билан аралаштирилади. Юз ва бўйин терисига бир текис суртилиб, тахминан 20 дақиқалардан сўнг совуқ сув билан ювиб ташланади.