

طرق صناعة الصابون في المنزل

د. إيمان بشير أبوكبدة



المقدمة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يسعدني تقديم كتابي طرق صناعة الصابون في المنزل الذي يحتوي على مجموعة من وصفات بالصور لصناعة الصابون بطريقة سهلة و آمنة. مع تقديم معلومة فائدة كل صابون للبشرة و الجسم.

مع فائق الشكر لكم

د. إيمان بشير أبوكبدة
خبيرة الطب البديل و علاج بالزيوت





صابون الشوفان



المكونات

قطعة من صابون الحليب أو صابون مرسيليا أو صابون الجلستين
ملعقتان صغيرتان من الشوفان المطحون
ملعقة صغيرة و نصف من زيت فيتامين E أو زيت اللوز الحلو
ملعقة صغيرة و نصف من زيت اللافندر أو العسل
ملعقتان صغيرتان من اللافندر المجفف

الطريقة

تقطع قطعة الصابون إلى قطع صغيرة، ومن ثم
توضع القطع في وعاء صغير الذي داخل وعاء
أكبر مملوء بالماء الساخن على نار هادئة. تحرك
القطع بشكل مستمر حتى تذوب قطع الصابون.



يبعد الوعاء عن النار، و يحرك الصابون لبضعة
دقائق حتى يبرد. تضاف باقي المكونات إلى
الصابون مع الاستمرار في التحريك.
* تجنب إضافة الزيوت إلى الصابون و هو ساخن.



يصب الصابون في قوالب الصابون، و يترك لعدة ساعات في درجة حرارة الغرفة حتى يتماسك. يوضع بعد ذلك في الثلاجة مدة 24 ساعة قبل الاستخدام.



فوائد صابون الشوفان

- يقلل من الحكة الجلد
- علاج حروق اشعة الشمس الضارة أو الأمراض الجلدية كالإكزيما
- يقشر البشرة بشكل طبيعي
- يقلل من افراز الزيوت الدهنية للبشرة
- يعالج آثار حب الشباب والتهالآت السوداء
- يرطب البشرة الجافة
- يعمل على إزالة التجاعيد
- يعمل على تبييض البشرة وتوحيد لونها
- يقلل تهيج البشرة
- يخفف من حساسية البشرة الحساسة ويهدئها

صابون حبة البركة



المكونات

- نصف ملعقة كبيرة من حبة البركة المطحونة
- ملعقة كبيرة من زيت حبة البركة
- قطعة من صابون خام

الطريقة

- تقطع قطعة الصابون إلى قطع و تذوب فوق حمام مائي ساخن على نار هادئة.
- يضاف الزيت و مطحون حبة البركة مع التحريك حتى تتجانس تماما.
- يصب الصابون في قوالب و يترك حتى يشتد.

فوائد صابون حبة البركة

- علاج التهابات الجلدية
- علاج حب الشباب و آثاره
- تنظيف مسامات الوجه
- يقلل من ظهور الرؤوس السوداء
- إزالة خلايا الجلد الميتة

*حبة البركة: الكراوية السوداء - الحبة السوداء- الكمون الأسود - القزحة - الشونيز- شونياز- بالكالونجي الأسود

صابون العسل الأسود



المكونات

قطعة من الصابون الخالي من العطور أو صابون الزيتون
ملعقتان كبيرتان من العسل الأسود
ملعقة كبيرة من زيت حبة البركة
ملعقتان كبيرتان من الجلسرين النباتي
ملعقة كبيرة من زيت الورد
ملعقتان كبيرتان من زيت اللوز الحلو

الطريقة

- يذوب الصابون في وعاء فوق حمام مائي ساخن.
- تضاف إليه باقي المكونات و تقلب حتى تتجانس.
- يبعد عن النار ويترك ليبرد.
- يوضع في علبة فارغة.
- يغسل به الجسم يوميا.

فوائد صابون العسل الأسود

- توحيد لون الجسم
- ترطيب و تنعيم الجسم

صابون اللوز



المكونات

- ملعقتان كبيرتان من الورد المجفف و المطحون
- كوب من الصابون الخام المبشور
- $\frac{2}{3}$ كوب من الماء المغلي
- نصف كوب من ماء الورد
- ملعقتان كبيرتان من اللوز المطحون
- 9 قطرات من زيت القمح أو زيت اللوز الحلو

الطريقة

- يخلط الورد المطحون مع الصابون والماء المغلي في وعاء حتى تتجانس المكونات.
- يوضع الوعاء فوق حمام مائي على نار هادئة.
- يضاف ماء الورد واللوز المطحون مع التقليب المستمر لمدة 45 دقيقة.
- يبعد الوعاء عن النار و يترك ليبرد.
- يضاف الزيت.
- يصب الصابون في قوالب و يترك حتى يشتد.

فوائد صابون اللوز

- يبيض البشرة
- يشد ترهلات البشرة

صابون الحليب



المكونات

قطعة من صابون مرسيليا أو صابون زيت الزيتون أو صابون الجلستين
قليل من حليب الماعز أو حليب البقر الدافئ
نصف ملعقة صغيرة من زيت الزيتون
نصف ملعقة كبيرة من زيت جوز الهند الخام
ملعقة صغيرة من الحليب المجفف
ملعقة صغيرة من العسل

الطريقة

يذوب الحليب المجفف في الحليب الدافئ.
تذوب قطعة الصابون في وعاء على حمام مائي ساخن.
في وعاء آخر يذوب زيت جوز الهند مع العسل و
زيت الزيتون على نار هادئة.
يبعد الصابون عن النار و يترك ليبرد.
بعد ذلك تضاف إليه باقي المكونات و يخفق حتى
تتجانس المكونات.



يصب الخليط في قوالب و يترك حتى يشتد.



فوائد صابون الحليب

- ترطيب البشرة
- تفتيح البشرة و الجسم
- تنعيم الجلد
- يخلص البشرة من تشققات
- علاج تجاعيد البشرة
- علاج الحبوب و البثور الملتهبة

صابون الثوم



المكونات

- كوب من صابون الجلسرين أو صابون الزيتون المبشور
- 5 فصوص من الثوم المفرومه
- 3 قطرات من زيت الثوم

الطريقة

- يذوب الصابون في وعاء فوق حمام مائي على نار هادئة.
- يضاف إليه الثوم و يستمر في التقليب حتى تمتزج المكونات.
- يبعد عن النار و يترك ليبرد.
- يضاف زيت الثوم.
- يصب الصابون في قوالب و يترك حتى يشتد.

فوائد صابون الثوم

- إزالة حب الشباب و البثور
- تقليل من الشحوب والتجاعيد
- علاج البقع السوداء
- علاج التهابات الجلدية

صابون القرنفل



المكونات

- قطعة من صابون الجليسرين أو أي نوع صابون غير معطر
- 1 1/2 كوب من ماء الورد
- ملعقتان كبيرتان من بن قهوة التركية المطحونة
- ملعقتان كبيرتان من القرنفل المطحون
- 1/2 ملعقة كبيرة من الفلفل الأسود المطحون

الطريقة

- تبشر قطعة الصابون و تنقع في ماء الورد طوال الليل.
- وفي اليوم التالي يوضع نقيع الصابون مع باقي المواد على النار حتى تبدأ الفقاعات بالظهور.
- يبعد عن النار و يترك ليرتاح مدة دقيقتان، ثم يصب في قوالب و يترك في الثلاجة حتى يجمد.

فوائد صابون القرنفل

- إذابة دهون من الجسم
- شد ترهل الجسم
- تفتيح اسمرار الجسم



صابون الليمون



المكونات

- نصف كوب من صابون الجلسرين المبشور
- كوب من السكر
- قشر حبة الليمون المبشور
- نصف كوب من زيت جوز الهند المبشور
- 10 قطرات من زيت الليمون

الطريقة

يذوب الصابون في وعاء فوق حمام مائي الساخن.
في وعاء آخر يذوب زيت جوز الهند مع السكر قشر الليمون و زيت الليمون على نار هادئة.
يخلط الصابون مع مزيج السكر حتى يتجانس.
يصب في قوالب و يترك حتى يشتد.



فوائد صابون الليمون

- علاج حب الشباب و آثاره
- علاج البقع و التصبغات في البشرة
- يفتح اسمرار البشرة
- يقشر البشرة

صابون الزيتون



المكونات

15 ملاعق كبيرة من الصابون الخام المبشور

ربع ملعقة صغيرة من زيت زيتون

15 ملاعق كبيرة من العسل

قطرتان من زيت الياسمين

الطريقة

- يذوب الصابون المبشور في إناء عميق على نار هادئة، ويقلب بملعقة خشبية.
- بعد أن يذوب الصابون يضاف إليه تدريجيا زيت الزيتون و زيت الياسمين نقطة نقطة مع التقليب المستمر.
- يضاف العسل و يحرك لبضع دقائق للحصول على خليط سميك متماسك.
- يرفع الإناء من على النار ويصب الخليط في وعاء مناسب، وعندما يجف تماما ويصبح صلبا يكون عندئذ جاهزا للاستعمال، ويستغرق ذلك بضعة أسابيع.

فوائد صابون الزيتون

- مرطب للبشرة الجافة و الحساسة
- علاج حروق الجلد
- يزيل الطفح الجلدي و حب الشباب
- يزيل ندوب البشرة و البقع
- يجدد خلايا البشرة

صابون النشا



المكونات

- ملعقتان كبيرتان من النشا
- ملعقتان كبيرتان من حليب البودرة
- كوب من ماء الورد
- ملعقة كبيرة من العسل
- 6 ملاعق كبيرة من صابون الزيتون المبشور

الطريقة

- يخلط النشا و حليب البودرة و ماء الورد و العسل في الخلاط الكهربائي.
- يذوب الصابون في وعاء على نار هادئة و يضاف إليه خليط النشا.
- بعدما يتجانس الخليط يصب في قوالب و يوضع في الثلاجة حتى يتماسك.

فوائد صابون النشا

- تبييض البشرة
- شد ترهل البشرة

صابون البقدونس



المكونات

454 غ من الصابون الخام المبشور
4 ملاعق كبيرة من أوراق البقدونس المفرمة
ثلث كوب من الماء
ملعقة صغيرة و نصف من زيت النعناع

الطريقة

يغلي البقدونس في الماء مدة دقيقتان.
يخلط البقدونس بمائه في الخلاط جيدا.



يخلط البقدونس مع الصابون المبشور.
يوضع خليط الصابون في وعاء فوق حمام مائي
على نار هادئة مدة 45 دقيقة.



بعد ذلك يبعد عن النار و يترك ليبرد.
يضاف الزيت و يقلب جيدا.
يصب في القوالب و يترك في مكان بارد لمدة
24 ساعة قبل الاستخدام.



فوائد صابون البقدونس

- توحيد لون البشرة
- علاج التصبغات و البقع الداكنة في البشرة
- علاج الكلف و النمش
- علاج التهيج الجلد
- علاج حب الشباب و آثاره
- إزالة الرؤوس السوداء
- ترطيب البشرة
- تنظيف البشرة من الشوائب

صابون الزنجبيل



المكونات

- ملعقتان كبيرتان من زيت الأفوكادو
- 20 ملاعق كبيرة من زيت جوز الهند الخام
- ملعقتان كبيرتان من زيت الزيتون
- ملعقتان كبيرتان من زيت الزنجبيل
- قطعة من صابون زبدة الشيا أو صابون الزيتون المبشور
- ملعقة كبيرة من زيت عباد الشمس
- ربع كوب من الزنجبيل المطحون أو المبشور

الطريقة

- تذوب قطعة الصابون فوق حمام مائي ساخن.
- في وعاء آخر يذوب زيت جوز الهند.
- يمزج زيت جوز الهند مع باقي الزيوت.
- يخلط الزنجبيل المطحون مع الزيوت في الخلاط جيدا.
- يضاف خليط الزنجبيل إلى الصابون و تقلب جميع المكونات حتى تتجانس.
- يصب الصابون في القوالب و يترك حتى يشتد.

فوائد صابون الزنجبيل

- إذابة الدهون و إنقاص الجسم
- علاج التصبغات و الحروق

صابون الكاكاو



المكونات

- قطعة من صابون الحليب أو الصابون الخام
- ملعقتان كبيرتان من بودرة الكاكاو
- ملعقتان كبيرتان من أوراق النعناع المفرومه
- 10 قطرات من زيت النعناع

الطريقة

- تذوب قطعة الصابون في وعاء فوق حمام مائي ساخن.
- تضاف باقي المكونات حتى تتجانس مع بعضها.
- يصب الصابون في قوالب و يترك مدة 12 ساعة.
- يوضع في الثلاجة حتى يشتد.

فوائد صابون الكاكاو

- علاج خشونة و تشققات البشرة
- يؤخر ظهور التجاعيد
- يخفف من تهيج و تورم الجلد
- توحيد لون البشرة

صابون الورد



المكونات

ربع كوب من الورد المجفف المطحون
نصف كوب من حليب جوز الهند
10 قطرات من زيت الورد
قطعة من صابون الزيتون المبشور

الطريقة

يذوب الصابون فوق حمام ساخن.
يضاف الحليب و تقلب المكونات جيدا.
يبعد عن النار و يترك ليبرد.
بعد ذلك يضاف الزيت.



يوزع الورد على القوالب و يصب فوقه
الصابون.
يوضع في الفريز حتى يشند.



فوائد صابون الورد

- يرطب الجسم
- يوحد لون الجسم
- يعطر الجسم

صابون اللافندر



المكونات

- 20 ملاعق كبيرة من الصابون الخام المبشور
- ملعقة كبيرة من اللافندر المجفف و المطحون
- ربع كوب من الشوفان المطبوخ
- ربع ملعقة صغيرة من زيت اللافندر

الطريقة

- يذوب الصابون المبشور في وعاء فوق حمام مائي ساخن.
- يضاف الشوفان و اللافندر المجفف.
- تقلب جميع المكونات لبضعة دقائق.
- يبعد عن النار و يترك ليبرد.
- يضاف زيت اللافندر.
- يصب الصابون في القوالب و يترك حتى يشتد.
- يحفظ الصابون بالثلاجة لمدة 24 ساعة.

فوائد صابون اللافندر

- يساعد على علاج الأكزيما و الصدفية
- علاج التهابات الجلدية
- علاج حب الشباب
- تنظيف العميق للبشرة

صابون الشوكولاتة



المكونات

قطعة من صابون الجلسرين
ملعقة كبيرة من الكاكاو بودرة
ملعقتان كبيرتان من الشوكولاتة الداكنة الذائبة
ملعقتان كبيرتان من الجلسرين النباتي
ملعقة صغيرة من زيت اللوز الحلو

الطريقة

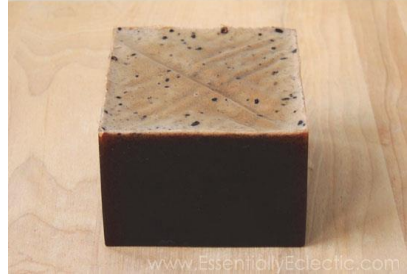
يذوب الصابون في وعاء فوق حمام مائي ساخن.
يبعد الوعاء عن النار و يترك ليبرد.



يمزج الكاكاو مع الشوكولاتة و الجلسرين و الزيت جيدا.



يضاف الخليط إلى الصابون تدريجيا مع التقليب حتى تتجانس المكونات.
يصب الصابون في القوالب و يترك حتى يشتد.



فوائد صابون الشوكولاتة

- يغذي البشرة
- يرطب و ينعم الجلد
- يجدد شباب البشرة
- علاج حب الشباب

صابون الصبار



المكونات

قطعة من صابون الزيتون المبشورة

3 ملاعق كبيرة من ماء الورد

6 قطرات من زيت الصبار

4 ملاعق كبيرة من جل الصبار

12 نقاط من زيت البرتقال

8 نقاط من زيت العرعر

الطريقة

- ينقع الصابون في ماء الورد، يغطى الوعاء و يترك لليوم الثاني.
- في اليوم الثاني يوضع النقيع في الخلاط، و تضاف إليه باقي المواد.
- يشكل الخليط باليد و يترك حتى يجف و يصبح صلبا.

فوائد صابون الصبار

- يرطب البشرة بشكل فعال ويحميها من الجفاف
- ينشط الدورة الدموية في البشرة
- يفتح لون البشرة
- تخلص من البقع الداكنة والتصبغات الجلدية
- يشد البشرة ويخلصها من الخطوط الدقيقة
- يؤخر ظهور التجاعيد
- ينظف البشرة والمسامات من الدهون المتراكمة
- يقبض المسامات الواسعة
- يهدئ الحروق الناتجة عن أشعة الشمس الضارة
- يعالج الالتهابات الجلدية ويخفف حدة التورم
- يقشر البشرة ويزيل خلايا الجلد الميتة، ويعزز قدرة الخلايا والأنسجة التالفة على التجديد
- يعالج حب الشباب، ويخفف حدة الندبات الناتجة عنها

صابون الأعشاب



المكونات

- قطعة من صابون الجلسرين
- 3 ملاعق كبيرة من أوراق النعناع المفرومه
- 3 ملاعق كبيرة من أوراق الكزبره المفرومه
- 3 ملاعق كبيرة من أوراق البقدونس المفرومه
- 5 ملاعق كبيرة من زيت الجلسرين

الطريقة

يذوب الصابون في وعاء فوق حمام مائي ساخن.
يبعد عن النار و يترك ليبرد.



تمزج الأعشاب مع الزيت و تترك مدة دقيقتان.
بعدها يخلط الصابون مع الأعشاب.
يصب الصابون في القوالب و يترك في الفريز
حتى يشتد.



فوائد صابون الأعشاب

- يمنع تهيج البشرة
- إزالة الزيوت من البشرة
- يمنع ظهور حب الشباب
- يرطب البشرة
- علاج الكلف
- علاج اسمرار البشرة

*** ملاحظة:** يمكن إضافة أوراق الريحان أو الجوافه أو أي نوع من الأعشاب المفيدة للبشرة.

صابون البرتقال



المكونات

- ملعقتان صغيرتان من مطحون القرنفل
- ملعقتان كبيرتان من قشر البرتقال المجفف و المفروم
- قطعة من الصابون الخام
- 40 قطرة من زيت البرتقال
- 16 قطرة من زيت القرنفل

الطريقة

- يذوب الصابون في وعاء فوق حمام مائي ساخن.
- يضاف مطحون القرنفل و البرتقال مع الاستمرار في التحريك لمدة 20 دقيقة.
- يبعد عن النار و يترك ليبرد.
- بعدها يضاف زيت القرنفل و البرتقال.
- يصب الصابون في القوالب و يترك حتى يشتد.

فوائد صابون البرتقال

- زيل البقع الغامقة من البشرة
- يوحد لون البشرة
- يشد ترهل البشرة

صابون القهوة



المكونات

قطعة صابون الحليب أو صابون زبدة الشيا أو الصابون الخام
ربع كوب من القهوة مذابة في الحليب الدافئ
ربع كوب من مطحون القهوة العربية
ربع ملعقة صغيرة من زيت الفانيليا أو زيت القهوة أو زيت اللبان المر

الطريقة

يذوب الصابون في وعاء فوق حمام مائي ساخن على نار هادئة.
تضاف القهوة المذابة في الحليب مع الاستمرار في التحريك لمدة 20 دقيقة.
يبعد عن النار و يترك ليبرد.
بعدها يضاف الزيت.
تخفق المكونات مع بعضها حتى تتجانس.



يضاف مطحون القهوة إلى الخلط.



يصب الصابون في القوالب و يترك حتى يشتد.



فوائد صابون القهوة

- ينحف الجسم
- علاج مشاكل البشرة
- يؤخر ظهور تجاعيد البشرة
- يوحد لون البشرة و الجسم

الفهرس

1. صابون الشوفان ص 3-4
2. صابون حبة البركة ص 5
3. صابون العسل الأسود ص 6
4. صابون اللوز ص 7
5. صابون الحليب ص 8-9
6. صابون الثوم ص 10
7. صابون القرنفل ص 11
8. صابون الليمون ص 13
9. صابون الزيتون ص 14
10. صابون النشا ص 15
11. صابون البقدونس ص 16-17
12. صابون الزنجبيل ص 18
13. صابون الكاكاو ص 19
14. صابون الورد ص 20-21
15. صابون اللافندر ص 22
16. صابون الشوكولاتة ص 23-24
17. صابون الصبار ص 25-26
18. صابون الأعشاب ص 27-28
19. صابون البرتقال ص 29
20. صابون القهوة ص 30-31

