

# แม่ดหมี CU.FITGIRL บล็อกเกอร์สาว สวยด้วยปรับ รูปหน้าใหม่



สวยใสขาบซ่าขึ้นเป็นกอง เมื่อเห็นหน้าของ “แม่ดหมี-พิมพ์อร โมกขะสมิต” บล็อกเกอร์สาวหุ่นฟิตแอนด์เฟิร์ม เจ้าของเฟซบุ๊กแฟนเพจ อินสตราแกรม และเว็บไซต์ ชีโยฟิตเกิร์ล (CU.fitgirl) ที่แนะนำเทคนิคการออกกำลังกาย ได้รู้สึกสนุก เป็นแรงบันดาลใจให้กับสาว ๆ เพื่อมั่นใจในรูปร่างตัวเอง และรักการออกกำลังกายมากยิ่งขึ้น กลายเป็นบล็อกเกอร์สาว ไอดอลคนรักสุขภาพที่โด่งดังและมีคนติดตามมากมาย ล่าสุดเธอเผยเคล็ดลับการดูแลสุขภาพและความงามแบบฉบับสาวสมัยใหม่ งานนี้ หมอตัน – นพ.ปิยพล พัฒนเศรษฐ ศัลยแพทย์ตกแต่งและความงามผู้ก่อตั้งพีเมดคลินิก #PmedClinic จัดเต็มทุกปัญหาช่วยบ่นใบหน้าใหม่ให้ “แม่ดหมี” สวยขึ้นเยอะเลย ด้วยเทคนิคการปรับรูปหน้า ลดเหนียง หน้าดูเรียว กระชับ แก้ปัญหาผิวไม่เท่ากัน” กับการทำ โบท็อกซ์ และ เมโสแฟต

“การที่เราออกกำลังกายก็ต้องดูแลควบคู่กันในทุกๆส่วน กินอาหารให้ครบ 5 หมู่ นอนพักผ่อนให้เพียงพอและขยับตัวเองให้มากขึ้น หลังจากนั้นค่อยออกกำลังกาย ดูแลเรื่องการดูแลเรื่องอาหารก็จะทำให้เราลดน้ำหนักได้เต็มที่ขึ้น เวลากินเราเลือกโปรตีน ผัก แป้ง อาหารทุกอย่างก็ต้องให้ครบทุกหมู่ ก่อนหน้านั้นหุ่นแม่ดหมีไม่ได้เป็นแบบนี้ แต่ทุกอย่างคือแรงบันดาลใจทำให้เราภูมิใจกับตัวเอง ปรับชีวิต ปรับไลฟ์สไตล์มากขึ้น ส่วนเรื่องรูปหน้าเราก็ต้องดูแล จริงๆ เราเป็นผู้หญิงพยายามหาสิ่งที่ดี สิ่งที่ทำให้เราดูดีขึ้น ก่อนหน้านั้นแม่ดหมีเป็นคนหน้ากลม ไม่ใช่หน้าของคนผอมเท่าไรหรอก ถึงแม้เราผอมลงไขมันบนใบหน้ามันก็ไม่ได้ลดลงเท่ากับที่ตัวเรา ”

สำหรับใครที่อยากทำสวย สามารถใช้บริการที่ Pmedclinic (พีเมดคลินิก) หรือติดตามได้ที่ facebook : <https://www.facebook.com/Pmedclinic>