

A gyógynövények leve ápolja a kezét

A kézfej bőre kisebb-nagyobb mértékben egyre szárazabbá válik a téli időszakban, gyakran ki is sebesedik, amivel akár vérző, fájdalmas repedések is járnak. Mivel a kéz az emberi metakommunikáció meglepően fontos szereplője, érdemes karbantartani. Sok nő a választottja kezébe lesz szerelmes, de egy kézfogással eldönthetünk fontos üzleteket is.

A kézfej bőre a hideg téli időszakban gyakran folyadékhiányos lesz, ráadásul úgy, hogy még a hidratáló krémek sem segítenek rajta. Az ilyen bőrt ha vízben áztatják, akkor még jobban elkezd repedezni.

A bőrnek hét rétege van. Víztartalmának folyamatos optimalizálásáért az alsóbb, főleg a harmadik rétege a felelős. Itt van a baj, ha száraz a kéz, ez a réteg sérült. Ebben az esetben ide kell eljuttatni a segítő tápanyagokat.

A száraz bőr nedvtartó képességét

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND
természetgyógyász
minden vasárnap
hasznos információkat
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

a termeszetgyogyasz@borsonline.hu
e-mailre vagy levélben a

Bors, 1149 Bp., Róna u. 120-122. címre.

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

fokozó főbb lemosó gyógynövények: fekete nadálytő, orvosi ziliz, rózsza és ibolya. Készítsünk 3-4 evőkanálnyit egyenlő keverékükkel kétliternyi forrázatot, és esténként áztassuk kezünket 15-20 percig benne. Majd az ilyenkor jellemző B-vitamin-hiány megszüntetéséhez alaposan mossuk le kecsketejjel vagy búzacsíraolajjal.