

Halványítja a szeplőket és foltokat a füstikefüves tea

A májfoltok főleg a homlokon, szem körül, halántékon és a száj körül jönnek elő, és a napfény hatására sötétednek. Utalhatnak hormonális változásra is. Gyakran terhes nőknél alakul ki, vagy hormonkészítményektől, olyankor is, amikor már nem is emlékszünk a hormontartalmú krém vagy gyógyszer használatára. A májfolt általában eltűnik vagy elhalványul, ha a kiváltó okot megszüntetjük. A terhességi, várhatóan a szoptatáskor eltűnik.

A paradicsom jó, de a citrom, mint a legjobb fehéritőnk hatásosabb halványító, ha friss levél rendszeresen és alaposan átdörzsöljük. Egy kanál mézbe 10–15 csepp citromillóolajat belekeverve nagyon jó fehéritő anyagot kapunk, ami naponta többször alkalmazva lesz hatásos. Az ananász, az eper és az alma gyümölcssavai együtt kiválóak, ha felszeletelve fél órára a foltokra helyezzük őket. Egyébként a füstikefüves főzettel való lemosás volt a legelterjedtebb népi technika a szeplők és a májfoltok ellen.

Belsőleg a vitaminokban bőséges táplálkozástól, de egy multivitamin-kúrától méginkább számíthatunk a halványodás elindulására. A laboratóriumi vizsgálat kimutatja a máj rendel-

A természetgyógyász tanácsai



Tóth Zsigmond természetgyógyász tanácsadó rovatunkban várja kérdéseit a

termeszetgyogyasz@borsonline.hu e-mailre vagy levélben a **Bors, 1149 Bp., Róna u. 120–122.** címre.

A borítékra írja rá:

„Természetgyógyász”

lenes működését, anyagcserezavarát, amire ilyen esetekben gyanakodni kell. Pitypang és nagybojtorján gyökerét, százsorszépet és búzavirágot egyenlően, feleannyi füstikefűvel és diólevéllel összekeverve olyan teát kapunk, aminek a kúrája erős májregeneráló és májfunkció-javító hatást fejt ki néhány hónap alatt.

