



## Növénykoktél tünteti el a barna foltokat

A napfény hatására megjelenő barnás, általában világosabb bőrfoltok mikroszkopikus „festéktartályaink” működési zavarára utalnak. Normál esetben az emelkedő napfény dózisa egyenletes, összefüggő barnulással reagál a bőr.

Általában nem csomósodik össze a pigmentanyagunk a felszín alatt, mert görcseink és csomóink testi és lelki szinten egyaránt valami sok következményeként szoktak kialakulni, jelen esetben könnyen lehet, hogy túlnapoztat-

**Otthon is elkészíthetjük a foltokat halványító krémet**

tuk magunkat. Kivételt képeznek a fényérzékeny bőrűek, akiknél még gyenge napfény is okozhat traumát. Akik túlnapozzák magukat, azok lemosással, pakolással tüntethetik el a foltokat. Kiváló lemosó e célra a 150 gr rózsavízben feloldott 10 gr borax, amit esténként alaposan kenjenek fel. Forrázott, aprított zellerlevelet friss eper, fekete áfonya, fekete szeder, fekete ribizlivel pépesítve kapjuk meg a szuper bőrfoltalanítót, amit esténként harminc percre kell felvakolnunk, utána füstikefű vagy százsorszép teával lemosva idővel olyan érzésünk lesz, mintha bőrfoltjainkat mosnánk le.

### A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

**TÓTH ZSIGMOND**  
természetgyógyász  
minden pénteken  
hasznos információkat  
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk  
a [termeszetgyogysz@borsonline.hu](mailto:termeszetgyogysz@borsonline.hu)  
e-mailre vagy levélben a  
Bors, 1537 Bp., Pf. 446. címre.  
A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”