

7 чудо средств для твоего здоровья



Страница статьи: <https://www.yournutrition.ru/articles/7-chudo-sredstv-dlya-tvoego-zdorovya/>

Есть еще один способ всегда оставаться красивыми, не тратя на это огромные деньги. Когда пойдете в аптеку за каплями от насморка, обратите внимание на нехитрый аптечный ассортимент - часто за скромной упаковкой таятся большие возможности. Возьмите на заметку, только перед применением проконсультируйтесь на всякий случай с врачом - нет ли у вас индивидуальных противопоказаний.

1. Перекись водорода

Всем известное дезинфицирующее и дезодорирующее средство, абсолютно безвредное и найти её можно в каждом доме. Мы очищаем ей уши и прикладываем к порезам, чтобы остановить кровь, но оказывается и для нашей внешности она может быть полезна.

Если вы удаляете черные точки в домашних условиях, то перед этим не забудьте хорошенько смочить кожу перекисью водорода. Она хорошо разрыхляет роговой слой кожи, и они будут очень легко выходить на поверхность при нажатии вместе со всем стержнем.

После удаления этой нечисти с кожи, еще раз протрите эти места – таким образом, вы закроете и продезинфицируете поры, и на следующий день на лице не будет никаких следов.

У вас неожиданно закончился дезодорант? – протрите подмышки перекисью водорода, потливость это конечно не снизит, но вот запаха длительное время точно не будет. Кстати, если вы хотите продлить на пару часов действие своего дезодоранта, например, если предстоит долгая дорога, и чтобы уж наверняка остаться свежей, этот совет тоже поможет. Только наносите дезодорант уже на подсохшую кожу.

И если у вас под рукой нет никакой косметики, перекись вас выручит. Перекись водорода может заменить лосьон и тоник, т.к. отлично очищает, сужает и отбеливает поры. Подходит для любой кожи, а для жирной – просто идеально, т.к. уменьшает салоотделение, и может использоваться ежедневно.

2. Бадяга

Из всех масок с добавлением перекиси водорода, маска с бадягой – самая известная.

Пресноводная губка по имени бадяга, в порошкообразном виде продается практически в каждой аптеке. Многие считают, что пилинг с помощью бадяги, мало чем уступает по эффекту салонным процедурам. В принципе, это так, но есть один минус – бадяга, при длительном применении вызывает рост волос. Если волосы на лице у вас уже имеются, то маски с бадягой вам не подходят.

Согласитесь, недостаток незначительный. И если противопоказаний у вас нет, то бадяга способна волшебным образом изменить вашу кожу. Верхний слой мертвых клеток, после нескольких масок, практически полностью снимается. А в этом слое и угри, и комедоны, и прыщики разные. Делать такие маски лучше, если знаете, что ближайшие 12 часов никуда не пойдете, так как лицо будет красным как у индейца.

Короче, просто разводите порошок перекисью, и через минуту наносите на влажную кожу. Чтобы краснота быстрее спала, можно потом нанести цинковую мазь. После этого в течение 3 – 4 дней кожа может шелушиться, и как только всё восстановится, можно сделать такую маску – пилинг еще раз. Курс масок всегда лучше одной, единственной. Но тут вы сами, по состоянию кожи решайте, сколько вам надо их сделать.

3. Настойка календулы

Настойка календулы совершенно необходима в каждой аптечке. Доказано, что она является более эффективной, чем препараты йода, для лечения ран и порезов, поскольку календула обладает уникальной способностью ускорять регенерацию тканей, уменьшать воспалительные процессы и вызывать заживление ран.

Если это средство помогает излечить от фурункулов и язв, то от угрей точно избавит. Я вообще считаю настойку календулы лучшим лосьоном. Если вас пугает спирт, то разведите её водой в пропорции 1 к 1.

Еще, настойка календулы здорово подсушивает кожу головы, и если вы будете периодически её втирать, волосы будут грязниться заметно меньше. Для укрепления волос можно добавить к настойке календулы касторового масла. Втирать надо на протяжении месяца, и это неплохо помогает при себорее.

4. Левомеколь

Отечественная мазь «Левомеколь», имеет достаточно сильное противовоспалительное и противомикробное действие, и активна в отношении различных микроорганизмов (стафилококков, синегнойных и кишечных палочек).

Если вы поранились, обожглись, у вас фурункул, вы сами расковыряли лицо или чувствуете, что начинает пробиваться прыщик вам может помочь эта мазь. Толстым слоем наносите на больное место пока не пройдет. А проходит после неё, достаточно быстро.

5. Салициловый спирт и салициловая мазь

Компонент практически всех против угревых и против себорейных средств, салициловая кислота, растворенная в спирте, продается в каждой аптеке. Если у вас угри, черные точки, прыщи на спине, очень жирная кожа, или проблемы с кератолизацией – это средство для вас.

Читала недавно, что в Америке проводилось исследование на тему самого эффективного средства против угрей и прыщей. Американцы пришли к выводу, что салициловая кислота пока лучшее из известных, и считают её, чуть ли не панацеей при всех проблемах с кожей.

Одна моя подруга очень результативно борется с черными точками, применяя каждый вечер салициловую мазь после протирания перекисью водорода. Салициловая мазь действует мягче, чем спирт, и хорошо отшелушивает мертвые клетки кожи.

Предупреждаю вас – салициловый спирт очень сушит кожу, поэтому наносите его точечно. Кстати, салицил растворяется только в спирте, поэтому непонятно откуда он берется в без спиртовых лосьонах. А ещё салициловая кислота препятствует появлению мозолей и огрубению кожи, поэтому после педикюра наносите её на пятки и другие проблемные места.

6. Цинковая мазь

Цинковая мазь – это противовоспалительное средство, которое оказывает подсушивающее, адсорбирующее, вяжущее и антисептическое действие. После чистки лица, при угрях и любых воспалениях, наносите на кожу цинковую мазь.

Опять же если прыщик начинается, намажьте это место на ночь и с утра, скорее всего, от него и следа не будет. Не зря цинк входит в состав широко рекламируемых средств для проблемной кожи. Только стоят они дорого, а мазь – копейки.

Далее, чтобы у вас не было раздражения после депиляции в зоне бикини, нанесите на несколько часов цинковую мазь. Обычно достаточно одного применения, чтобы забыть об этой неприятности до следующей процедуры.

Вы сделали педикюр – дома или в салоне, и хотите подольше сохранить эффект? Просто периодически наносите на стопы и пятки цинковую мазь. Проверено.

7. Апилак (выпускается в форме мази, свечей, Бада)

«Апилак» это запатентованное одним Таллинским фармацевтическим заводом, торговое название препарата на основе пчелиного маточного молочка. Выпускается еще с советских времен и помогло это средство не одному поколению людей. «Апилак» – общеукрепляющее средство, адаптоген, биогенный стимулятор метаболических процессов, а ещё источник аминокислот, кучи витаминов и макро элементов.

Есть противопоказания. Необходима консультация специалиста