Автор: admin
29.04.2013 16:55 -

Красота волос и кожи. Народные средства помогут?

Сегодня я зашла в магазин, и глаза просто разбежались от ассортимента всевозможных средств для ухода за кожей лица и волосами... На полках призывно сияли тоники, кремы, шампуни, маски для разных возрастов и типов кожи.

Но, к сожалению, в эти магазинные средства добавляют такое количество различных ненатуральных компонентов, что вы можете своей коже даже навредить. Именно поэтому я и занялась чтением книги народных рецептов. Сколько же разных рекомендаций я увидела на страницах этого справочника! Самое главное, что все они основаны на натуральных ингредиентах. Сейчас я поделюсь своими результатами их использования.

Волосы

В детстве у меня были шикарные, густые волосы – что называется, коса до пояса. Но однажды я решила сделать короткую стрижку. Стрижку я сделала, проходила с ней очень долгое время, но потом заметила, что волосы совсем перестали расти, стали ослабленными, с секущимися кончиками. Сейчас я мечтаю о длинных, здоровых волосах. Я решила, что к этому лету они обязательно будут такими! Начнём с **укрепляющих масок и масок для роста волос**
.

Свежий горчичный порошок необходимо развести в горячей воде с растительным или оливковым маслом, добавить яичный желток и сахарный песок, тщательно перемешать и нанести на корни волос. Держать полученную смесь не дольше 5 минут. Сначала ощущается довольно сильное жжение, но оно пройдёт. Эта маска особенно рекомендуется обладателям жирных волос, так как благодаря ей снижается активность сальных желез.

Вывод: Как ни странно, но сразу после первого применения был заметен результат! Мои волосы выглядели более густыми и стали менее ломкими. Конечно, на три сантиметра за месяц, как было обещано, они не выросли, но почти на сантиметр – точно. Для начала не так уж плохо!

Очень укрепляют волосы **ополаскиватели, основанные на разных травах**. Например,

я пользуюсь ополаскивателями из крапивы, коры дуба и ромашки. Настой из крапивы залечивает различные повреждения на коже головы и также эффективен для роста волос. Ополаскиватель из коры дуба укрепляет корни волос и увеличивает объём. Настой из ромашки насыщает корни волос витаминами и придаёт им здоровый цвет и блеск. Ополаскиватели готовятся очень просто: берёте небольшую ёмкость, засыпаете в неё 2–3 столовые ложки сухой травы и заливаете кипятком. Оставляете на несколько часов, а можно и на ночь.

Кожа

У меня жирная, проблемная кожа. Приходится прилагать много усилий, чтобы придать ей нормальный вид. Мои процедуры состоят из **очищения, тонизирования и различных масок.**

Кожу я очищаю дегтярным мылом, которое продаётся как в аптеках, так и в хозяйственных магазинах. Это очень простое народное средство. Каждый день умывайтесь утром тёплой водой с дегтярным мылом. Однако этот метод не стоит применять регулярно: нужно чистить кожу неделю, а потом делать небольшой перерыв.

Мне это очищение очень понравилось. После него исчезли мелкие прыщики, а на коже стал меньше заметен жирный блеск.

Тонизирую кожу я при помощи различных травяных настоек и отваров. Очень понравилось действие настоя из лаврового листа. Его рецепт прост: положить несколько лавровых листов в кружку и залить кипятком, оставить на 3–4 часа. Этот настой подсушивает кожу, не пересушивая её.

Маски я делаю не чаще одного раза в неделю.

Маска для пористой кожи

Размочите ржаной хлеб в чуть тёплой воде, нанесите полученную кашицу на проблемные места на 15–20 минут и смойте холодной водой.

Эта маска мне очень нравится: от неё не испытываешь никаких неприятных ощущений, а в хлебе, особенно чёрном, столько полезных элементов, что маска ничем не может

навредить нежной коже. Чаще всего я наношу её на нос: именно там обычно бывают расширенные поры. Маска замечательно стягивает кожу, сужая их.

Маска из овсяных хлопьев

Эту маску я делаю, если прыщики у меня вдруг начинают появляться перед важным событием. Она очень хорошо и быстро подсушивает кожу и убирает покраснения. Делать эту маску нужно так: стакан овсяных хлопьев измельчите в блендере, добавьте туда 1 чайную ложку пищевой соды и 2 чайные ложки соли. Тщательно перемешайте и разбавьте кипячёной водой до консистенции густой кашицы. Нанесите маску на лицо и шею, дайте подсохнуть, затем смойте тёплой водой.

Вот так с помощью дешёвых и безвредных средств можно сделать свою кожу намного красивее. Успехов в уходе за собой!

Автор - **Елизавета Войцехович**
Источник