Маски для лица: как можно использовать «зеленую аптечку»?

Тысячелетиями люди использовали лечебную силу растений, и, исходя из своего опыта и наблюдений, составляли рецепты.

Народные рецепты всегда были полезны для здоровья. Недаром они сохранили свою актуальность и в наш век.

Такие рецепты по достоинству оценены за их доступность и эффективность. Издавна женщины в качестве косметических средств используют смеси из различных растений, овощей и фруктов. В очередной раз призовем на помощь наших зеленых докторов и рассмотрим несколько несложных, но при этом весьма полезных рецептов масок для лица.

Итак, для первого рецепта нам понадобятся: банан, лимонный сок и немного молока. Необходимо взять примерно половину банана, размять его в кашицу. В данную массу добавить капли две-три лимонного сока и примерно столовую ложку молока. Все тщательно перемешиваем и получаем смесь, готовую для нанесения на лицо. Данная маска хорошо **подтягивает кожу и рекомендуется для ее отбеливания**.

Также, используя банан и лимонный сок, можно приготовить отличную маску, которая поможет **бороться с сухостью кожи**. Для ее приготовления нам понадобятся: банан, долька лимона, оливковое масло, любой питательный крем. Берем треть банана, делаем из него кашицу, добавляем три-четыре капли оливкового масла, примерно столько же лимонного сока, половину столовой ложки питательного крема, все ингредиенты хорошенько перемешиваем до получения однородной массы. Маску наносим на лицо минут на двадцать, затем смываем теплой водой.

Для второго рецепта используем шпинат. Хорошенько промываем, затем берем небольшую кастрюльку и отвариваем его. Долго варить не надо, вполне достаточно нескольких минут. В итоге должна получиться кашица, которую рекомендуется применять **для раздраженной кожи**. Слегка теплую маску, но ни в коем случае не горячую, накладывают на проблемные участки кожи.

Маски для лица: как можно использовать «зеленую аптечку»

Автор: admin

20.01.2013 17:51 -

В качестве альтернативы шпинату используются цветки липы. Несколько столовых ложек липового цвета заливаем кипятком, настаиваем, слегка остужаем кашу и наносим на лицо, сверху накрываем салфеткой.

Для третьего рецепта возьмем ягоды винограда. Здесь нам понадобится блендер, чтобы измельчить ягоды вместе с косточками. Если нет блендера, можно высушить виноградные косточки и затем измельчить их в порошок с помощью кофемолки. Во втором случае для приготовления маски необходимо будет смешать мелко нарезанные ягоды с порошком, помять слегка полученную смесь, и затем уже готовую массу наносить на лицо. Получится отличная маска-скраб.

Маска-скраб из виноградных ягод хороша **для жирной кожи либо для кожи смешанного типа**, так как обладает свойством подсушивать жирные участки на вашем лице.

Также поможет справиться с жирными участками на коже маска, приготовленная из листьев кресс-салата. Берем несколько листьев, промываем их, складываем в пучок. Кладем листья в кастрюльку, заливаем небольшим количеством воды (она должна едва покрывать листья). Варим в течение пяти минут, остужаем. Маска для лица готова к применению.

Здоровой и красивой вам кожи, дорогие читательницы!

Автор - **Ирина Павлова**

[Источник](#)