

Iluabi köögist

Muidugi müüakse kauplustes rohkesti iluravivahendeid, kuid abi võite leida ka köögikapist.

- Laienenud pooridega nahka puhastage iga päev seguga, milles on võrdsetes osades sidrunimahla ja mineraalvett. Pärast pole vaja nägu loputada ega kuivatada.
- Kortsude ärahoidmiseks kasutage putru, mille saate ½ liitri piima hulka pigistatud sidrunist.
- Kui olete sunnitud töötama tolmuses ruumis, tehke segu 1 sidruni mahlast, ½ klaasist värskest hapukoorest, ¼ klaasist viinast ja 1 munakollasest. Pärast tööd puhastage sellele eelnevalt puhtaks pestud nägu.
- Igale nahatüübile sobib pleegitav mask 20 grammist pärmist, mis on segatud 1 tl sidrunimahla. Pange segu tassiga 2–3 minutiks kuuma veega nõusse ja kandke soojana näole. 20 minuti pärast peske mask sooja keedetud veega maha.
- Kui nägu sageli higistab, hõõruge seda sidrunimahla, mida on lahjendatud keedetud veega. Vahel võite ka lihtsalt sidrunitükiga hõõruda.
- Tedretähni aitab pleegitada segu sidrunimahlast, veest ja äädikast (võrdsetes kogustes).
- Rasvaseid juukseid hõõruge veega segatud sidrunimahla.
- Kõõma puhul aitab, kui keedate sidrunikoort 15 minutit 1 liitris vees ning lisate segu juuste loputusveele – 2 sl 1 liitrile. Tehke seda kord nädalas.
- Haprad küüned muutuvad tugevamaks sooja toiduõli vannis, millesse on lisatud paar tilka sidrunimahla. Vannitage küüsi sel moel 1–2 korda nädalas.
- Laugude paistetust saate alandada toore riivitud kartuliga. Sama efekt on ka kangel teel ja kummelil.
- Käenaha muudab õrnaks ja elastseks, kui hõõrute sinna ööseks segu 1 munakollasest, 1 sl meest ja 1 tl kaerahust ning tõmbate kätte puuvillkindad.
- Teil on magamatuses tumedad rõngad silmade ümber? Keerake marlisse 2 tl kohupiima ja asetage see 10 minutiks silmadele. Tehke sellist kompressi 2–3 korda nädalas.
- Tumede rõngaste vastu aitab veel, kui teete silmadele 5 minutit kompressi riivitud kurgi- ja porgandiseguga.
- Valmistage lavendlist, rosmariinist ja karikakrast droog. Kastke marlitükikesed sinna sisse ja hoidke 15 minutit silmal. See kaotab samuti tumedad rõngad silme ümbert.



- Õrna ja sametise naha saate banaanivannist. Hõõruge 1 kg banaanide viljaliha oliiviõliga ja segage vette.
- Kui muret teeb kuiv näonahk, hõõruge näole vees purustatud leivaputru, jättes selle 2–3 minutiks peale.
- Kui hommikul ärgates on silme all kotid, tehke külma kompressi kurgi- või kartulilõikudega.
- Juuste hapruse korral saate abi õllest. Segage 2 sl õlut 1 munaga, kandke segu äsja pestud ja kuivatatud juustele ning jätke see 30 minutiks peale. Keerake pähe käterätt või pange vannimütsike, sest mask mõjub tõhusamalt soojana.

Tõlkis ENE JÄRV

EESTI OPTIK

www.optika.ee



Aprillis **suures valikus prilliraame** soodushindadega

–50% –40% –30%

Nägemise kontroll kohapeal.

Paljud **päikesepillid** ka polaroidklaasidega

–50% –40% –30%