

Trądzik różowaty – ziołowe sposoby prosto z ogródka



Naturalne sposoby na złagodzenie dolegliwości.

Imbir – na nowo pojawiające się, jeszcze nie zaognione miejsca – zetrzeć świeży imbir na drobne tarce i nasączoną sokiem masę nałożyć w miejsce powstawania krosty. Hamuje ich rozwój. Działa doskonale. Nie pali skóry, nie pozostawia śladów. Po nałożeniu delikatne pieczenie, ale nie powoduje bólu.

Ziele kopytnika – zaparzyć i robić okłady na skórę. Łagodzi zaczerwienienia. Namoczone waciki można trzymać przez kilka godzin nasączając co jakiś czas.

Ziołowe herbatki i nalewki do picia

Dymnica pospolita – ma właściwości przeciwzapalne. Stosuje się do odtruwania organizmu i miejscowego przyspieszania tempa metabolizmu w chorobach skóry. 1 lub 2 łyżki ziela zalać szklanką gorącej wody i parzyć pod przykryciem 10 minut. Pić 2-3 razy dziennie po 1 filiżance naparu 30 minut przed posiłkiem jako środek przeciwzapalny i oczyszczający skórę. Zewnętrznie jako kompresy na skórę.

Fiolek trójbarwny – posiada właściwości przeciwzapalne i jest sprawdzonym środkiem w chorobach skóry także przy trądziku. Jego główne substancje czynne to flawonoidy, a wśród nich przede wszystkim rutozyd. Jest stosowany wewnętrznie do oczyszczania krwi jak i zewnętrznie do oczyszczania skóry. Łyżkę suszonego ziela zalać filiżanką wrzątku. Odstawić pod przykryciem na 15 minut i przecedzić. Pić po pół filiżanki 3 razy dziennie w chorobach skórnych jak trądzik, wysypki, świąd, egzemy i liszaje. Zewnętrznie napar stosować przy trądziku w postaci okładów.

Jeżówka wąskolistna - 30 kropli nalewki 2 razy dziennie. Również dla podniesienia odporności organizmu.

Łopian większy – zaleca się ją stosować 3 razy dziennie po 20-30 kropli nalewki w dłuższym przedziale czasu, jako środek pomocniczy w zaburzeniach przemiany materii i schorzeniach skórnych. Nalewkę zaleca się stosować szczególnie w schorzeniach skórnych (np. gdy inne napary z ziół nie pomogły) przy trądziku, czyrakach, łuszczycy i wypryskach skórnych. Odwar można stosować w postaci okładów, kompresów i przemywań w chorobach skóry, w łojotoku, trądziku i przeciw wypadaniu włosów.

Nagietek lekarski – działa przeciwzapalnie, bakteriobójczo, grzybobójczo. Zaleca się stosować nalewkę 3 razy dziennie po 40 kropli. Kwiaty zalać wódką, po 14 dniach przecedzić. Przy przeziębieniach, anginie, chorobach skórnych, zażywać minimum przez 1 miesiąc. Można z miodem po 5 ml w 1-2 łyżkach miodu.

Rdest ptasi – ma działanie przeciwbakteryjne i przeciwzapalne. Stosowany jako środek czyszczący krew w dolegliwościach skórnych. 2 łyżki ziela zalać 1,5 szklanki wody. Gotować pod przykryciem przez 10 minut. Pić po 1/2 szklanki 2-3 razy dziennie. Zioła mają jeszcze inne właściwości, dlatego w przypadku przygotowywania sobie naparów do picia warto poczytać o ich działaniu.