

## Угри

-

Одну чайную ложку измельченной дубовой коры заливаем 1 стаканом холодной воды, даем постоять и размякнуть в течение 1 часа. Затем кипятим на слабом огне 15 - 20 минут. Снимаем с огня и добавляем 1 ч. ложку зверобоя. Накрываем и настаиваем в течение 2 часов. Процеживаем, выжимаем в полученный отвар сок половинки лимона. Этой жидкостью протираем кожу лица по вечерам после умывания.

-

Смешиваем по 1 ч. ложке ромашки лекарственной, мать-и-мачехи, календулы. Завариваем 1 стаканом кипятка и настаиваем в термосе в течение часа. Остужаем, процеживаем. Полученный настой используем для компрессов. Для этого пропитываем теплым настоем марлю, сложенную в несколько слоев, и держим ее на лице в течение получаса. Неплохо подготовить марлю для компрессов на лицо заранее. В ней нужно вырезать отверстия для глаз. Если вы этого не сделали, то перед накладыванием компрессной ткани смажьте кожу вокруг глаз жирным питательным кремом.

-

Добрый рецепт.

Перестоявший 7 - 10-дневный настой чайного гриба для внутреннего употребления уже вряд ли пригодится, зато это — готовый лосьон, особенно эффективный при жирной, пористой коже, склонной к появлению угрей, гнойничковых заболеваний, сыпи. Смочим чайным уксусом ватный тампон, тщательно протрем им лицо, не задевая при этом веки и губы. Делаем это регулярно утром и вечером. Примерно через неделю кожа приобретет свежесть и станет заметно менее жирной. Чайный уксус можно добавлять в воду для льда (две столовые ложки на стакан воды). Ледяными кубиками следует протирать лицо по утрам. Эти процедуры стимулируют кровообращение, делают кожу гладкой и свежей.