



Чтобы ноги выглядели ухоженными и здоровыми мало сделать педикюр - нужно обязательно избавиться от мозолей, натоптышей, трещин на пятках. Рецепты народной медицины помогут вам в этом. На ноге появился мозоль. Для быстрого избавления от него можно:

Распарить мозоль в растворе мыла и соды, после прикладываем на него смолу хвойного дерева и заклеиваем лейкопластырем. Через сутки процедуру повторяем, а когда мозоль размягчится удаляем его.

- В том же растворе распариваем ноги и прикладываем к мозолю цедру лимона с мякотью. Повторяем несколько дней, а потом мозоль срезаем.

Трещины на пятках доставляют нам не только неудобство, но и болезненные ощущения. Для избавления от них используйте отвар картофеля.

- Картофель очистите, а кожуру отварите. Распарьте ноги в этом отваре в течении получаса. После ополосните и смажьте касторовым маслом.

При сильной потливости ног важно процедуры проводить ежедневно, до исчезновения проблемы.

- Возьмите листья мяты или кору белой ивы (50 г на 3 литра воды) залейте кипятком и настаивайте около 15-20 минут. Делайте ванночки для ног, используя этот настой.

- При потливости ног хорошо помогает обыкновенная поваренная соль. На таз воды бросьте две горсти соли и подержите в этом растворе ноги около 10 минут. После смажьте ноги кремом или присыпьте тальком.

- Также вы можете пить настой шалфея и крапивы по 1/3 стакана два раза в день. Принимать такой настой следует в течении месяца.