



О полезных свойствах меда известно всем. Однако не каждый знает, что мед, ко всему прочему, является отличным средством от целлюлита. Например, сократить проявление целлюлита можно при помощи медового массажа с эфирными маслами.

Две столовые ложки меда и разогревают на водяной бане до жидкой консистенции. Затем в разогретый мед добавляют три капли розмаринового, две капли можжевельного и две капли апельсинового эфирных масел, тщательно размешивают. Именно эти масла способствуют расщеплению жиров и улучшают кровообращение.

Полученную теплую массу наносят на проблемные зоны тоненьким слоем. Затем прикладывают к этому участку сухую ладонь (рука должна прилипнуть) и резким движением убирают ее. Массажировать проблемные зоны необходимо снизу вверх. Первый раз массаж выполняют не более трех минут, в последующие разы время постепенно увеличивают, доходя до пятнадцати минут. Наибольший эффект будет заметен, если проводить подобный массаж через день в течение месяца.

Не менее эффективны и медовые обертывания. Для этого в растопленный мед добавляют чайную ложку молотого кофе, перемешивают. Теплую массу наносят на сухие проблемные участки и оборачивают полиэтиленом. Затем на полчаса ложатся под теплое одеяло. По истечении времени мед смывают и наносят на тело увлажняющий крем.