

ευνοεί το δέρμα



Ο χυμός του αγγουριού είναι ευεργετικός για την επιδερμίδα, με πολλές -τονωτικές, αντιοξειδωτικές, μαλακτικές και ενυδατικές- ιδιότητες, χάρη στο συνδυασμό βιταμινών C και B1, ιχνοστοιχείων, σακχάρων και καροτενίων που περιέχει.

Επίσης, η φλούδα του αγγουριού, χάρη στις βιταμίνες της, ευνοεί το δέρμα.

Το αγγούρι ως τρόφιμο δρα κατά των ρευματισμών και των αρθρικών πόνων και κατά της υπέρτασης.

Είναι διουρητικό, δροσιστικό, καθώς και υπακτικό.

Εάν έχετε ξενυχτήσει, λιώ σε ένα αγγούρι και απλώστε το στο πρόσωπό σας για 5 λεπτά, ώστε να μειωθεί το οίδημα και να γίνει λείο.

Εάν το πρόσωπό σας είναι πολύ αφυδατωμένο, λιώστε μισό αγγούρι χωρίς τη φλούδα, περάστε το από μια σίτα και προσθέστε λίγο χυμό

λεμονιού. Μπορείτε να το χρησιμοποιείτε καθημερινά και ως ενυδατική lotion.

Μην ξεχνάτε ακόμη ότι οι φρεσκοκομμένες φέτες αγγουριού πάνω στα κουρασμένα βλέφαρα για 10 λεπτά καταπραΰνουν τα συμπτώματα

κούρασης και ξεκουράζουν το βλέμμα.