

### Для ухода за обветренной и грубой кожей лица

Если обветрились губы, смажьте их медом на 20 минут.

Если кожа лица огрубела, смешайте 1 ст. ложку меда и 1/2 ст. ложки глицерина или оливкового масла и нанесите на кожу лица на ночь. Повторяйте косметические процедуры в течение недели.

Отварите 1 ст. ложку пшеничных отрубей в 1/2 стакана воды и добавьте 1 ч. ложку меда. Для смягчения огрубевшей кожи лица и рук сделайте примочки из этой смеси.

Разотрите в ступке 2 ст. ложки свежей крапивы двудомной или одуванчика, или мяты перечной, или подорожника большого; добавьте 1 ч. ложку воды. Растертую траву смешайте с медом в равном весовом количестве. Нанесите маску на лицо на 20-25 мин, после чего смойте ее холодной водой.

Питает и освежает любую кожу такая маска: разогрейте на водяной бане 2 ст. ложки меда, смешайте с 2 ст. ложками пудры из пшеничных отрубей и 1 ст. ложкой лимонного сока. Теплую смесь нанесите на кожу лица тампоном, смойте ее через 30 мин теплой водой и ополосните прохладной.

---

Литература: Гребенников Е.А. Все о мёде. - Мн.: Книжный дом, 2005. <http://www.interpres.ru/>  
Интерпрессервис

© Гришин Михаил, 2014 г., [mail@grishinmv.ru](mailto:mail@grishinmv.ru), <http://www.medoviy.ru>