24 Αυγούστου 2016

7 οφέλη της μαγειρικής σόδας

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Η μαγειρική σόδα είναι ένα από τα πιο κοινά προϊόντα οικιακής χρήσης. Μπορεί να την έχετε δει μέσα στο σπίτι, σε κάποιο ντουλάπι και να έχετε αναρωτηθεί τι είναι και που ακριβώς χρησιμεύει χωρίς όμως να γνωρίζετε τις θαυμάσιες ιδιότητές της από τις

οποίες μπορείτε να επωφελείστε όποτε επιθυμείτε, όταν φυσικά υπάρχει λόγος.

Για παράδειγμα, μπορεί εύκολα να αφαιρέσει τις ακίδες από τα δάχτυλά σας και να διατηρήσει τα δόντια σας καθαρά και υγιή. Αυτά είναι μόνο δυο από τα οφέλη που μπορεί να σας προσφέρει η μαγειρική σόδα.

Σε αυτό το άρθρο θα αναφερθούμε σε μερικές από τις φαρμακευτικές χρήσεις της μαγειρικής σόδας. Είναι σημαντικό να θυμάστε όλα τα φυσικά οφέλη που προσφέρει στην υγεία μας!

Απολεπιστικό
Μια από τις καλύτερες χρήσεις της μαγειρικής σόδας, από την οποία επωφελούνται αρκετά άτομα, είναι η χρήση της ως απολεπιστικό. Ανακατέψτε δυο κουταλιές μαγειρικής σόδας σε μισή κούπα με νερό και σύντομα θα δείτε ότι αυτή η πάστα λειτουργεί σαν ένα εξαιρετικό απολεπιστικό προσώπου και σώματος. Ωστόσο, το καλύτερο από όλα είναι ότι δεν έχει καθόλου κακές παρενέργειες, είναι φυσικό προϊόν ενώ η τιμή της είναι προσιτή.

Αποτοξινωτικό και καθαριστικό
Αν ανακατέψετε μηλόξυδο με λίγη μαγειρική σόδα, θα δημιουργήσετε ένα από τα καλύτερα αποτοξινωτικά που υπάρχουν. Με αυτά τα δυο προϊόντα θα φτιάξετε ένα εξαιρετικό καθαριστικό που θα σας απαλλάξει από τον κνησμό, πόνους ενώ παράλληλα θα βοηθήσει στην αποτοξίνωση του οργανισμού σας.

Στρες

Μπορείτε επίσης να προσθέσετε τρεις κουταλιές μαγειρικής σόδας σε μια μπανιέρα με ζεστό νερό. Αφήστε το να σταθεί για 5 λεπτά και στην συνέχεια κάντε ένα χαλαρωτικό μπάνιο που θα μειώσει τα επίπεδα του στρες ενώ παράλληλα θα απομακρύνει το πρήξιμο από τα πόδια σας.

Τσιμπήματα εντόμων

Και αν αυτά δεν σας αρκούν, η μαγειρική σόδα μπορεί να βοηθήσει και στην περίπτωση των τσιμπημάτων από έντομα, ακόμη και όταν αυτά είναι δύσκολο να θεραπευτούν. Μπορείτε να φτιάξετε μια πάστα με μισή κούπα νερό και τρεις κουταλιές της σούπας σκόνη μαγειρικής σόδας. Τρίψτε την πάστα στην περιοχή που σας έχουν τσιμπήσει και επαναλάβετε αυτή την διαδικασία αρκετές φορές την ημέρα. Θα παρατηρήσετε ότι μέσα σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα ο ερεθισμός του δέρματός σας θα εξαφανιστεί εντελώς.

Αποσμητικό

Ορισμένοι άνθρωποι είναι αλλεργικοί σε διάφορα αποσμητικά και αντιιδρωτικά. Αν ανήκετε σε αυτή την κατηγορία ανθρώπων, σας προτείνουμε να φτιάξετε μόνοι σας ένα σπιτικό και φυσικό αποσμητικό. Ανακατέψτε λίγο νερό με σκόνη μαγειρικής σόδας και στην συνέχεια εφαρμόστε αυτό το μείγμα σαν αποσμητικό. Θα εντυπωσιαστείτε με την αποτελεσματικότητά του.

Ακίδες

Μπορείτε ακόμη να εξαλείψετε παντελώς τις ακίδες με την βοήθεια του μείγματος στο οποίο θα αναφερθούμε παρακάτω. Ανακατέψτε μια πρέζα μαγειρική σόδα σε ένα ποτήρι με νερό. Ανακατέψτε την πολύ καλά κι έπειτα εφαρμόστε το στο σημείο που βρίσκεται η ακίδα. Αυτές οι μικρές ενοχλήσεις θα εξαφανιστούν απευθείας.

Έλκη

Αυτή η συμβουλή είναι ιδανική για εσάς ή για οποιονδήποτε πάσχει από έλκη. Το μόνο που χρειάζεται είναι να προσθέσετε ένα ή δυο κουταλάκια του γλυκού μαγειρική σόδα σε ένα ποτήρι με καθαρό νερό. Έπειτα ανακατέψτε καλά και πιείτε μια πλήρη ημερήσια δόση. Είναι πολύ σημαντικό να το κάνετε κομμάτι της καθημερινότητάς σας. Η μαγειρική σόδα καταπολεμά αυτή την πάθηση διακόπτοντας άμεσα την παραγωγή γαστρικού οξέος.

Ελπίζουμε να σας φάνηκε χρήσιμο αυτό το άρθρο. Επίσης, ελπίζουμε να εφαρμόσετε αυτές τις συμβουλές καθώς θα επωφεληθείτε από τα οφέλη που μπορεί να προσφέρει σε σας και την οικογένειά σας η μαγειρική σόδα.

Πηγή: meygeia.gr