

# Πώς να φτιάξετε τη δική μου φυσική αλοιφή για έκζεμα

/ [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)

FC8E1CFED39D8A7CF5B433997ED7A6AE

## Σπιτική αλοιφή έκζεμα

Το έκζεμα είναι μία από τις πιο κοινές δερματικές παθήσεις που επηρεάζουν τους ανθρώπους σήμερα. Υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τύποι του εκζέματος ή δερματίτιδας που επηρεάζει ανθρώπους όλων των ηλικιών. . Δεν είναι μεταδοτική και πιστεύεται ότι είναι γενετικά κληρονομική.

Υπάρχουν πολλές κρέμες διαθέσιμες, αλλά είναι εύκολο και λιγότερο δαπανηρό να φτιάξετε την δική σας καταπραϋντική αλοιφή έκζεμα στο σπίτι.

Άλλοι άνθρωποι διαβάζουν

Σπιτική λοσιόν για το έκζεμα Πώς να κάνεις Αλοιφή Κρέμα

Τα πράγματα που θα χρειαστείτε

μέλι Ικαρίας [είναι το καλύτερο]

πλιγούρι βρώμης

Aloe vera ζελε

Αιθέριο έλαιο λεβάντας

νερό

## οδηγίες

1.Ανακατέψτε 1 φλιτζάνι μέλι με 1 φλιτζάνι πλιγούρι βρώμης.

2.Απλώστε το μείγμα σε μολυσμένες περιοχές του δέρματος και αφήστε το για 10 λεπτά. Ξεπλύνετε με δροσερό νερό.

3.Στη συνέχεια, αναμείξτε 1/4 φλιτζάνι φρέσκο ζελέ της αλόης που προέρχονται από aloe vera με τέσσερις σταγόνες αιθέριο έλαιο λεβάντας για να σχηματίσουν μια κολλώδη κρέμα. Και τα δύο από αυτά τα συστατικά είναι καταπραϋντικό για φαγούρα, και το κοκκίνισμα του δέρματος.

4.Τρίψτε το μίγμα στο δέρμα και αφήστε το. Χρησιμοποιήστε αυτές τις δύο θεραπείες βήμα βήμα δύο φορές ημερησίως για τα καλύτερα αποτελέσματα.

**Πηγή:** [Μαριεττα Κουτουφαρη -aromaikarias.blogspot.gr](http://Μαριεττα Κουτουφαρη -aromaikarias.blogspot.gr)