

8 Φεβρουαρίου 2017

## Οι “χίλιες και μία χρήσεις” της μαγειρικής σόδας!

/ [Επιστήμες](#), [Τέχνες](#) & [Πολιτισμός](#)



*Close-up of baking soda in a glass jar.*

Ανακαλύψτε και υιοθετήστε τις πολλές, πολλές χρήσεις και τα οφέλη της

μαγειρικής σόδας, για το δέρμα, τα μαλλιά, τα δόντια!

### **Scrub προσώπου**

Δημιουργήστε μία πάστα χρησιμοποιώντας 3 μέρη μαγειρικής σόδας και 1 μέρος νερού και κάντε με το μείγμα απαλό scrub στο πρόσωπο.

Ενίσχυση σαμπουάν

Βάλτε στην παλάμη σας τη συνηθισμένη ποσότητα σαμπουάν για να λουστείτε και σε αυτήν προσθέστε μία «τσιμπιά» μαγειρική σόδα. Τα μαλλιά σας θα καθαρίσουν σε βάθος και θα φύγει κάθε υπόλειμμα προϊόντος (π.χ. λακ ή αφρού).

### **Ανακούφιση από το ηλιακό έγκαυμα**

Μουλιάστε ένα κομμάτι ύφασμα σε διάλυμα που να αποτελείται από τέσσερις κουταλιές της σούπας μαγειρική σόδα και ένα λίτρο νερό και απλώστε το στην περιοχή που έχει καεί.

### **Οδοντόκρεμα**

Αναμείξτε μαγειρική σόδα με οξυζενέ (υπεροξειδίο του υδρογόνου) για να φτιάξετε την δική σας οδοντόκρεμα ή χρησιμοποιήστε σκέτη μαγειρική σόδα για άμεση λεύκανση στα δόντια.

### **Ανακούφιση από τσίμπημα κουνουπιού**

Φτιάξτε μία πάστα με μαγειρική σόδα και λίγο νερό και απλώστε την στα σημεία όπου σας τσίμπησε κουνούπι για άμεση ανακούφιση από τη φαγούρα.

### **Απολέπιση σώματος**

Γεμίστε ένα δοχείο που κλείνει καλά μέχρι τη μέση με μαγειρική σόδα, προσθέστε 10-15 σταγόνες από το αγαπημένο σας αιθέριο έλαιο και αναμείξτε με όσο νερό θέλετε. Στη συνέχεια κάντε scrub με αυτό στο σώμα και ξεπλύνετε με χλιαρό νερό για ασύγκριτη απαλότητα στο δέρμα.

### **Αποσμητικό**

Αν θέλετε να αποφύγετε τα αποσμητικά του εμπορίου με τα πολλά χημικά, βάλτε λίγη μαγειρική σόδα στα δάχτυλά σας και απλώστε τη στις μασχάλες σας.

### **Μαλακτική χεριών**

Προσθέστε 3 μέρη μαγειρική σόδα σε ένα μέρος υγρό σαπουνι χεριών και πλύνετε τα χέρια σας. Θα τα νιώσετε πολύ απαλά.

### **Απομάκρυνση δυσοσμίας από μαγείρεμα**

Αν μαγειρέψατε ψάρι ή ψιλοκόψατε σκόρδο, μία πάστα από μαγειρική σόδα και νερό θα επαναφέρει τη φυσιολογική μυρωδιά των χεριών σας.

### **Scrub για τα πόδια**

Γεμίστε μία λεκάνη με ζεστό νερό και διαλύστε σε αυτήν 3 κουταλιές της σούπας μαγειρική σόδα. Μουλιάστε τα και στη συνέχεια τρίψτε τα με ελαφρόπετρα.

### **Μανικιούρ / πεντικιούρ**

Βουτήξτε ένα βουρτσάκι σε μαγειρική σόδα για να καθαρίσετε τα νύχια και να αφαιρέσετε δυσχρωμίες από παλιά μανό. Ταυτόχρονα θα μαλακώσουν και τα «πετσάκια» σας.

### **Καταπολέμηση πιτυρίδας**

Κάντε μασάζ με μαγειρική σόδα στις ρίζες των μαλλιών σας, αντί να τα λούσετε, και κάντε επαναλάβετε για δύο εβδομάδες, για να αφαιρέσετε κάθε ίχνος πιτυρίδας.

### **Καθαρισμός βούρτσας**

Για να καθαρίσετε τη βούρτσα των μαλλιών σας από λιπαρότητα και υπολείμματα προϊόντων, καλύψτε την με χλιαρό νερό και μία ή δύο κουταλιές του γλυκού μαγειρική σόδα. Στη συνέχεια ξεπλύνετέ την και αφήστε τη να στεγνώσει.

### **Στεγνό σαμπουάν**

Ρίξτε με τα δάχτυλα λίγη μαγειρική σόδα στις ρίζες των μαλλιών (όχι πολλή, για να μην ασπρίσουν τα μαλλιά) και χτενίστε τα, για να απορροφηθεί όλη η λιπαρότητα.

### **Κατά των ερεθισμών από το ξυραφάκι**

Για να ανακουφίσετε τους ερεθισμούς από το ξύρισμα, βάλτε δύο κουταλιές της σούπας σε ένα ποτήρι νερό, ανακατέψτε και απλώστε με τα χέρια σας στα πόδια σας.

### **Αποτοξίνωση στο αφρόλουτρο**

Αν συνηθίζετε να μουλιάζετε στη μπανιέρα κάνοντας αφρόλουτρο, προσθέστε στο νερό μισή κούπα άλατα μπάνιου και μισή κούπα μαγειρική σόδα που θα απομακρύνει τις τοξίνες.

### **Κατά των βρεφικών εγκαυμάτων**

Δυο κουταλιές της σούπας μαγειρική σόδα στο νερό μέσα στο οποίο κάνετε μπάνιο το μωρό σας, θα ανακουφίσει από τα εγκαύματα στην ευαίσθητη περιοχή.

**Πηγή:** [neadiatrofis.gr](http://neadiatrofis.gr)