

## ลดรอยผ้าและกระให้จางลง....ด้วยหัวไชเท้า

นำเสนอเมื่อ : 6 ต.ค. 2552

**ใครที่อยากลดรอยผ้าและกระให้จางลง วันนี้เดมิเคล็ดลับเรื่องนี้มาบอก...**

หัวไชเท้าเป็นสมุนไพรที่มีอยู่ในตำรายาจีน โดยแนะนำให้คนวัยทองนำหัวไชเท้าดิบมาหั่นซอยเป็นเส้นฝอยกินวันละประมาณ 2 ช้อนโต๊ะ หรือมือละ 1 ช้อนโต๊ะ วันละ 2 ครั้ง (ถ้ารู้สึกมีกลิ่นฉุนอาจรับประทานร่วมกับน้ำผึ้ง) เชื่อว่าจะทำให้ผิวพรรณสดใสมีน้ำมีนวล ดูเปล่งปลั่งเหมือนคนหนุ่มสาว ยังเชื่อว่าหัวไชเท้าช่วยกำจัดพิษ สามารถช่วยให้ปัสสาวะใส ไม่ขุ่น ช่วยชำระล้างผนังกระเพาะอาหารและลำไส้ ช่วยย่อย และช่วยทำให้หายใจโล่งขึ้น

**ประโยชน์อีกอย่างของหัวไชเท้า** คือ สามารถช่วยลดรอยผ้าและกระให้จางลงได้ โดยนำหัวไชเท้า 1 หัว (ขนาดเล็ก) มาล้างน้ำให้สะอาด ทำการปอกเปลือก แล้วหั่นบาง ๆ นำไปปั่นให้พอละเอียด เติมน้ำมะนาวประมาณ 1 ชอนแกง ปั่นรวมกันอีกครั้ง ใช้ทาทั่วผิวหนัง (ยกเว้นรอบดวงตาและปาก) ทิ้งไว้ประมาณ 10-15 นาที แล้วจึงล้างออกด้วยน้ำสะอาด ทำเป็นประจำ จะช่วยลดผ้า และกระให้จางลง

**ถ้าอยากให้ผ้าและกระจางลง ลองนำวิธีที่แนะนำไปปฏิบัติตามกันได้.**

ข้อมูลจาก : เติลนิวัต