

В медицине и косметологии используют множество видов глины – белая, зеленая, черная, красная, розовая, желтая и т.д. (цвет зависит от ее состава, от того, какие соли в ней содержатся). Одной из самых полезных считается глина голубая. Она богата солями кобальта и кадмия, помимо того в ее состав входят кремний, фосфат, азот, магний, кальций и калий.



Голубая глина применяется при лечении многих недугов – заболеваний желудочно-кишечного тракта, дыхательной системы, опорно-двигательного аппарата и многих других. Эта глина укрепляет иммунную систему, нормализует обмен веществ, омолаживает организм.

Конечно же, голубая глина, как и другие ее виды, очень полезная для кожи. Глина хорошо очищает кожу, сужает поры, разглаживает мелкие морщины. И, в отличие от, например, белой или зеленой, голубая глина гораздо меньше сушит кожу, что делает ее незаменимой для обладателей сухой или обезвоженной кожи лица. Глина борется с прыщами и угрями, отбеливает кожу, делает ее более ровной и гладкой.

Чтобы сделать маску из голубой глины, нужно развести ее с водой (что бы смесь была густая как сметана) и нанести на лицо, избегая областей вокруг глаз, на 10-15 мин. После этого глину смывают прохладной водой, а на лицо наносят питательный крем.

Не менее полезна голубая глина и для тела. Ванна с голубой глиной снимает усталость, делает кожу гладкой и упругой, борется с целлюлитом. Чтобы сделать такую ванну, нужно растворить в теплой воде примерно 400-500г гр глины. Для начала такую ванную стоит принимать не более 15 минут, постепенно время можно увеличить до полчаса.

Не стоит забывать и про волосы. Глина хорошо очищает волосы от жира, питает их и укрепляет. Волосы становятся более гладкими и блестящими. Для того, чтобы сделать маску с голубой глиной, потребуется развести глину водой до консистенции сметаны, нанести на волосы и подержать 20-40 мин. Для усиления эффекта можно надеть шапочку и укутать волосы полотенцем. Но блондинкам маски с глиной следует применять с осторожностью – волосы могут пожелтеть.

И для лица, и для тела, и для волос не обязательно использовать глину в чистом виде. Можно поэкспериментировать с другими компонентами – травяными отварами, медом, маслами (эфирными и базовыми) и т.д. Для обладательниц жирной кожи можно добавить в маски немного лимонного сока.