

Arganovo ulje čuva elastičnost kože

Želite se riješiti bora, strija i nepravilnosti na koži? Želite obnoviti kožu lica bez skupih lifting tretmana? Ili možda iscijeliti akne i ožiljke? Ulje argana čeka na vas! Otkrijte njegove izvanredne karakteristike

Prkosi oštroj pustinjskoj klimi

U posljednje vrijeme sve se više spominje arganovo ulje (*Argania spinosa*), bogato oleinskom i linolnom kiselinom, sadrži karotene, vitamin E i razne sterole, što ga sve čini izvrsnim za njegu kože. Zovu ga i zlato Maroka jer daje novi život vašoj koži.

Ovo nisko stablo raste vrlo polako, a tek nakon 5 godina počinje donositi plod. Živi i do 100-150 godina na oštroj pustinjskoj klimi. Drvo cvjeta u travnju te daje plod sličan maslini u kojem se nalazi tvrda sjemenka s uljem. Sjemenke se prže i tako se dobiva ulje vrlo aromatičnog mirisa. Zbog male proizvodnje, te specifične klime gdje raste arganovo stablo, ulje argana najčešće je nešto skuplje.

Revitalizira kožu i kosu bez mašćenja

Žene iz plemena Berbera, u gruboj klimi, ne koriste ovo ulje u svojoj njezi tek slučajno! Samo nekoliko kapi potrebno je da se navlaži i omekša epiderma, a istovremeno će revitalizirati kožu bez mašćenja. Arganovo ulje prirodno jača elastičnost kože i tako sprečava bore i strije. Ublažava kožne iritacije (psorijaza, ekcemi, neurodermitis), omekšava kožu, iscjeljuje ožiljke. Štiti nokte i njeguje kožu od grubih vanjskih utjecaja i sredstava koje koristimo.

Njega lica- bogato arganovo ulje može se koristiti kao osnova za kremu lica. Na pari otopite 50 grama shea maslaca, u to dodajte 20 ml agrana, te 30 ml boražine. Miješajte dok se polako hladi. Pred kraj dodajte eterična ulja: 5 kapi kamilice rimske, 10 kapi sjemenka mrkve, 5 kapi bušina. Ulijte u čistu posudicu i ostavite da se ohladi. Ova divna, mirišljava krema navlažit će kožu, djelovati na nečistoće, spriječiti bore i potaknuti rast stanica kože. Ujedno će duboko nahraniti kožu lica i nagraditi je ljepotom.

Arganovo ulje vrlo često se koristi i u njezi kose jer je lako upijajuće, te obnavlja oštećene folikule kose, vraća vlagu i štiti je od UV zraka. Potiče rast i sjaj kose, a nije masno. Maske za kosu dodatno se mogu obogatiti eteričnim uljima te će ova kombina

postati još bolja i efikasnija.

Njega kose - blago zagrijte 10 ml arganovog ulja i 20 ml maslinovog ulja na pari, nanesite na opranu kosu i tjeme. Zagrijani ručnik ili foliju zamotajte oko kose, te držite 30 minuta do 1 sat. Operite kosu blagim šamponom. Kosa će biti svilenkasta i sjajna. Kod rascjepkanih krajeva, utrljajte 1-2 kapi direktno na kosu nakon pranja i dobro umasirajte.

S uljem argana možete biti kreativni i eksperimentirati. Može se koristiti u preparatima za skidanje šminke, u losionima, za njegu noktiju, suhe kože laktova... Ulje je stabilno i ne morate brinuti oko čuvanja i starenja.

Preporuka za njegu tijela - NIVEA Pure&Natural mlijeko za vrlo suhu kožu čistim arganovim uljem i organskim uljem jojobe bez parabena, silikona ili umjetnih koloranata. Nježnim masiranjem nakon tuširanja ili kupanja obnavlja prirodnu ravnotežu kože koja ostaje mekana tijekom cijelog dana. Hidratizirajuće ulje jojobe, bogato mineralima, opskrbljuje suhu kožu potrebnim hranjivim tvarima, čime stvara dodatnu hidratantnu zaštitu i čini kožu baršunasto mekom. Vitamin E, koji se i prirodno nalazi u arganovom ulju, štiti i zaglađuje kožu čineći suhu kožu mekanom. Nivea Pure&Natural mlijeko za tijelo za vrlo suhu kožu ima predivan miris koji njegu kože pretvara u iskustvo za sva osjetila. Cijena pakiranja od 400 ml: 42,40 kn

Klara Benko, obiteljski aromaterapeut

Centar za masažu i promociju zdravlja Penso Positivo

MoFit fitness club

www.mofit.hr