

## 10 remèdes maison pour les pieds secs et les talons fendillés

hamdach aziz soins naturels et remèdes No comments



Ces remèdes maison impressionnants vous aideront à guérir facilement les pieds secs et les talons fendillés.

### 1. Le sel, citron, eau de rose et de la glycérine

Pour retrouver des pieds lisses, essayez ce mélange agréable pour éliminer facilement et rapidement les fissures de vos pieds en utilisant ces ingrédients les plus puissants en suivant la méthode ci-dessous :

Nettoyer d'abord vos pieds, dans un bol contenant de l'eau tiède, ajouter le sel brute et mélanger le avec une cuillère à soupe de jus de citron, une cuillère à soupe de la glycérine pure et une cuillère à soupe d'eau de rose. Mettez vos pieds dans le bol pendant 15 minutes en frottant après la zone fissurée à l'aide d'une pierre ponce. Vous pouvez également appliquer ce mélange sur vos talons en portant des chaussettes et laisser agir toutes la nuit. Le matin il vous suffira de laver vos pieds avec de l'eau tiède.

### 2. Huile végétale

Scientifiquement expliqué, l'huile végétale est très efficace pour la peau sèche. Il adoucit les talons secs et fissurés instantanément et élimine les cellules mortes de la peau. Frottez doucement l'huile sur les zones touchées, ou faire tremper vos chaussettes de coton dans un peu d'huile et portez-les toute la nuit. Rincer lendemain matin. Pour des résultats optimaux, répéter le traitement plusieurs fois.

### 3. La banane et l'avocat

Vous pouvez utiliser des fruits pour traiter vos talons secs, mais les bananes ont des propriétés curatives fortes. Pulpe de banane mûre

va enlever la peau morte et réparer les dommages. Appliquer un peu de purée de la banane sur la zone touchée et le garder pendant 10 minutes. Les résultats seront plus étonnants.

#### **Pour des résultats optimaux, essayez ce masque à base de la banane et de l'avocat.**

Mélanger les deux ingrédients et ajouter un peu de noix de coco verte. Appliquer le masque nourrissant sur vos pieds. Tant l'avocat et la noix de coco sont riches en vitamines et des huiles essentielles, qui fonctionnent efficacement pour la peau sèche.

#### **4. vaseline et de jus de citron**

Avant de faire un de ces traitements, assurez-vous que vos pieds sont propres. Mélanger un peu de jus de citron et une cuillère à café de vaseline.

Frottez-le sur les zones fissurées pendant 20 minutes. Utilisez-le une fois que vous remarquez que la peau sur vos pieds a séché.

Pour ce faire, le traitement doit être appliquer avant d'aller au lit, parce que le mélange nourrissant devrait rester longtemps que possible. Pour des résultats optimaux, mettez des chaussettes en coton.

#### **5. paraffine**

La paraffine est le meilleur remède pour les talons endommagés ou douloureux. Combinez-le avec un peu d'huile de noix de coco. Faire fondre le mélange dans une casserole. Laissez refroidir pendant 15-20 minutes, puis l'appliquer sur la zone touchée. Pour des résultats optimaux, garder le sur vos pieds toute la nuit.

#### **6. Miel**

Si vous avez besoin d'un remède anti-bactérien, le miel est la bonne solution pour vous.

Mélanger une tasse de miel dans l'eau chaude et faire tremper vos pieds pendant 15 minutes. Massez vos pieds pour adoucir la peau.

#### **7. farine de riz**

La farine de riz fonctionne également très bien pour les talons fendillés.

Mélanger 2 ou 3 cuillères à soupe de farine de riz avec quelques cuillères à soupe de miel et de pomme râpée, puis des gouttes d'huile d'olive. Appliquer le mélange sur vos talons fendillés et

laissez-le pendant 10 minutes, de sorte que la peau peut absorber toute l'humidité. Bien rincer.

### **8. Huile d'Olive**

Il peut être utilisé de plusieurs manières différentes.

Appliquez-le à l'aide des tampons de coton ou de faire tremper des chaussettes de coton en huile d'olive et les porter pendant une heure. Bien rincer. Vous pouvez utiliser l'huile d'olive pour masser vos pieds pendant 10 à 15 minutes.

Vous pouvez également préparer une crème maison pour les pieds. Mélanger une cuillère à soupe d'huile d'olive, quelques gouttes d'huile de citron et huile essentielle de lavande, et verser le mélange dans une bouteille contenant un peu d'eau et appliquer le plusieurs fois par jour pour éliminer la peau sèche.

### **9. farine d'avoine**

Mélanger une cuillère à soupe de farine d'avoine en poudre et une cuillère à soupe d'huile de jojoba pour former une pâte épaisse. Appliquez-le sur vos talons fendillés et laissez-le pendant une heure. Bien rincer. Pour des résultats optimaux, répéter ce traitement chaque jour jusqu'à la disparition totale de la peau sèche de vos pieds et des zones fissurées.

### **10. Huile de Sésame**

Les massages avec huile de Sésame font un miracle pour les talons fendillés. Appliquer un peu d'huile de sésame sur vos pieds et masser doucement chaque soir avant le coucher. Cela est étonnant, pour les pieds secs et fissurés. Répéter le traitement tous les soirs et massez vos pieds jusqu'à ce que l'huile est absorbée dans votre peau

- See more at: <http://www.protegetasante.com/2015/07/10-tops-remedes-maison-pour-les-pieds.html#sthash.QGVyndUH.dpuf>