**Полезные советы.**

Мне 62 года. Как и все в молодости я пользовалась разными кремами. Зимой кожа на лице сильно шелушилась. Стала искать причину и сделала вывод, что на некоторые крема у меня аллергия, а может, были некачественными. Я заинтересовалась народными советами. Сейчас я уже несколько лет пользуюсь таким кремом, сделанным своими руками. Накладываю на лицо на ночь, утром смываю. Результатом довольна.

5 – 6 столовых ложек сметаны

1 половинка лимона (выжать сок)

1 яичный желток

2 столовых ложки спирта

Все хорошо перемешать, хранить в холодильнике.

 **Маска для лица.**

Маской пользуюсь несколько лет. Результат на лицо.

2 столовых ложки вазелина

2 столовых ложки касторового масла

2 столовых ложки меда

2 – 4 капли йода

Все хорошо перемешать, на лицо накладывать два раза в неделю на два часа. Потом промокнуть салфеткой. Смывать можно, через часа два - три.

 **Совет при болезни лишаями.**

Как и все дети, в детстве я любила возиться с животными. И часто на лице и на теле появлялись лишаи. Был такой случай. По рецептам местных врачей были испробованы все мази. Но результата не дали. И мама повезла меня в областную клинику к дерматологу. Сидя на приеме к врачу многие люди, глядя на меня сочувствовали.

А одна женщина дала такой совет.

Разрезать зеленую скорлупу грецкого ореха и смазывать больное место. Будет сильно больно, но это стоит потерпеть. Смазывать несколько раз в день. За неделю лицо очистилось, только были чуть заметные розовые пятнышки, следы от перенесенной болезни.

 Для профилактики, всегда была сильная спиртовая настойка кожуры грецкого ореха.