

## 5 sposobów na odciski stóp!

[Strona główna](#) » [Zdrowie](#) » 5 sposobów na odciski stóp!

Pojawiają się często, kiedy nałożysz nowe buty, już stare i przyciasne lub po prostu niewygodne. Mowa o odciskach, które sprawiają wiele bólu i dyskomfortu. Poznaj sposoby, aby się ich pozbyć!



### Skórka cytryny

[Skórkę cytryny](#) przyłóż na odcisk wewnętrzną, białą stroną, następnie zabandażuj stopę. Zabieg zastosuj na noc, a rano odcisk powinien być gotowy do zdjęcia.

### Woda z solą

Dobrym sposobem jest codzienne moczenie stóp w wodzie z solą. Po osuszeniu, natłuść stopy kremem. Ta metoda z pewnością przyspieszy gojenie się odcisków.

[Zobacz także: 10 problemów z nogami](#)

## Cebula

Pokrój cebulę w talarki, zalej octem i trzymaj w nim przez godzinę. Następnie rozmiękczony plaster przyłóż na odcisk i owiń bandażem. Opatrunek zostaw na noc.

## Aspiryna

5-6 rozdrobnionych tabletek aspiryny rozpuść w niewielkiej ilości wody, następnie dodaj 1-2 łyżeczki soku z cytryny. Gotowy preparat należy nałożyć na stwardniałą skórę i owiń folią spożywczą. Okład pozostaw na kwadrans.

## Okład z czosnku

Skórę wokół odcisku posmaruj wazeliną, a na odcisk przyłóż rozgnieciony kawałeczek czosnku zmieszany z odrobiną [oliwy z oliwek](#). Stopę owiń bandażem i zostaw na kilka godzin.

Foto: Thinkstock

**Zobacz też:**

**ID galerii:1109**

**Milion  
Kobiet.pl**