



PILINZI

(emitirano 21.12.2006. u emisiji "Znati živjeti" u prilogu "Striborov svijet", HTV-2)

Svi pilinzi se sastoje od sredstava koja blago skidaju najgornji sloj kože, a time i prljavštinu, a istovremeno sadrže i tvari koje njeguju, poput biljnog ulja i glicerola.

Pilinzi sa *sol*i i *kukuruznim grizom* su najjednostavniji i najpoznatiji pilinzi u kućnoj radinosti. Ovdje proširujemo recepturu na "profesionalnije" sastojke, a to su usitnjene koštice marelica, koštice maslina te litotamnijske alge. One su mljevene na taj način da nemaju oštre bridove (rubove) i time ne oštećuju kožu.

Koštice marelica razlikuju se prema veličini čestica:

za vrlo osjetljivu kožu koriste se veličine 50 do 100 μ m,

za manje osjetljivu kožu koriste se do 300 μ m veličine.

Koštice maslina su najkrupnije, no vrlo su ugodne za kožu jer su posve okrugle. Zbog veličine, one osim pilinga, imaju i efekt masaže potkožnog tkiva i time poboljšavaju prokrvljenost tkiva.

Piling od *litotamnijskih algi* dobar je kod masnije kože te kod stanjene kože jer vraća minerale.

Univerzalna procedura u izradi pilinga:

- za piling lica i vrata, dovoljno je uzeti 4 jušne žlice jednog od sredstava za piling
- dodaju se jedna do dvije čajne žlice biljnog glicerola
- nakapa se 4-8 kapi eteričnog ulja poput ružmarina verbenona ili palmarose
- uz miješanje se dodaje hladno prešano biljno ulje poput ulja badema. Piling mora biti natopljen uljem i ne smije biti suh, kako ne bi iritirao kožu.

Piling je najbolje napraviti svjež i utrljavati ga prije tuširanja. Radi se najviše jednom tjedno.

pripremio: dr. sc. Stribor Marković, mr. pharm., fitoaromaterapeut

U izradi pripravaka po ovim recepturama **naglašavamo važnost korištenja sastojaka vrhunske kvalitete**, i ne odgovaramo za posljedice nastale zbog uporabe materijala loše kvalitete. Nemojte raditi kompromise zbog cijene pojedinog artikla jer ipak je u pitanju vaše zdravlje i vaša koža! Adrese trgovina gdje možete pronaći potreban materijal potražite na web stranicama Centra Cedrus: www.centarcedrus.hr, a za eterična ulja pogledajte www.oshadhi.hr.