

A bőr mindenre reagál

A bőrgyógyász szakorvosok szerint az érzékeny bőrért nemcsak a genetikai adottság, hanem a túl sok stressz, az erős napsugarak, az alkohol és a nikotin is felelős lehet. A kozmetikusok azt ajánlják, hogy az érzékeny bőrű hölgyek soha ne kísérletezzenek. Sokkal jobban teszik, ha speciális, kifejezetten érzékeny bőrre készült arckrémeket és más kozmetikai szereket vásárolnak. **Az ajánlott termékek tökéletesen megfelelnek ezeknek, az elvárásoknak.** A leghelyesebb, ha az érzékeny bőrre készült kozmetikumokat használunk. Ezek speciális hatóanyagai ugyanis kiegészítik egymást, és így jobb eredményt érhetünk el bőrünk ápolásában.

Barack kivonat:

Hihetetlenül gazdag A vitaminban, az A provitaminjában a béta karotinban. Van benne még kálium, kalcium foszfor, továbbá C vitamin és kén, aminek köszönheti édeskés, savanyú ízét. A sárgabarack nagyon értékes gyümölcsünk.



A kísérletek bebizonyították, hogy az, aki olyan táplálékot fogyaszt, amelyben sok a kén, bizonyos, hogy nem kapja meg a rákbetegséget. A kajszinak nagyon magas a kéntartalma, ami rendkívül hatékony a rákos megbetegedések megelőzésében és gyógyításában.

100 gramm kajszibarack a következő hasznos anyagokat tartalmazza:

- A-vitamin: 2700 NE
- B1-vitamin: 0,03 mg
- B2-vitamin: 0,04 mg
- C-vitamin: 10,00 mg
- kalcium: 17,00 mg
- foszfor: 23,00 mg
- nátrium: 1,00 mg
- kálium: 281,00 mg
- egyéb fémek: 0,5 mg

100 gramm kajszii energiatartalma kb. 51 kcal vagy 213,3 kJ.