



Do niedawna nie miałam zielonego pojęcia, że herbata może być drzewem, bambus należy do rodziny traw, a werbena jest krzewinką. Warto wiedzieć, że te rośliny mają też cenne właściwości kosmetyczne



Wiara w moc roślin była kiedyś kojarzona ze znachorami i ludowymi recepturami, którym ufały starsze osoby. Dziś używanie pielęgnacyjnych preparatów i prostych zapachów na bazie roślin to, jak zauważają kosmetyczki, nowa moda wśród ludzi młodych. Choroby cywilizacyjne, przewlekły stres przywracają wiarę w skuteczność natury. Życie w sztucznym dla człowieka środowisku jest trudne i szkodliwe. Powrót do natury to powrót do bogatego świata zmysłów.

Werbena doda werwy

Werbena (botanicznie: witułka) jest rośliną zielną lub półkrzewem z rodziny werbenowatych. W Polsce rośnie na suchych zboczach i przy drogach. W starożytności i średniowieczu uznawano ją za roślinę magiczną i składano bogom w ofierze. Jej czarodziejskie działanie miało polegać na odstraszeniu burz i przyniesieniu szczęścia.

Starożytni Rzymianie nazywali werbenę „rośliną Wenus”, ponieważ według horoskopów właśnie ta planeta się nią opiekuje. Taki patronat pozwalał wierzyć, że werbena ma właściwości afrodyzjakalne. Wykorzystywano ją do sporządzania napojów i talizmanów miłosnych.

Była dla Rzymian symbolem szczęścia ziemskiego, fortuny i przychylności losu. Dlatego nosili jej liście blisko ciała. Jej odświeżającym aromatem perfumowali sale bankietowe. Dziś też możemy kupić werbenowe perfumy do wnętrza, np. L'Occitane.

Zapach werbeny rozchmurza i uspokaja po dniu pełnym nerwów. Uwalnia od bólu głowy. Powinni się nią zainteresować ludzie, którzy zbyt troszczą się o innych. Energia werbeny ostudzi ich nadmierną opiekuńczość. Werbena przeciwdziała zmęczeniu. Ma właściwości uspokajające i antydepresyjne. Jako składnik kosmetyków wyciąg z werbeny wygładza i koi skórę, jednocześnie delikatnie ją perfumując. Chłodzi i łagodzi podrażnienia.

Po bambus w te pędy

Bambus to drewniejąca trawa wieloletnia o pędach do 30 cm średnicy. Czasem tworzy lasy. Szybko rośnie, nawet metr na dobę. Może osiągnąć wysokość 40 m. Bambus spotyka się głównie w tropikalnej Azji i Ameryce. Znany jest od tysięcy lat – najpierw służył jako materiał budowlany i do konstruowania mebli, a młodych pędów używano jako składnika dań kuchni chińskiej. Dziś dodaje się go do kosmetyków.

Zapach bambusa pobudza i odświeża. Jego olejki eteryczne zawierają kumarynę – substancję, która decyduje o przyjemnym, lekko korzennym aromacie kosmetyków i podkreśla zielone nuty w perfumach. Przyspieszają też usuwanie toksyn z komórek skóry. Podobnie działają mikroelementy i sole mineralne z soku uzyskanego z liści tej rośliny. Pobudzają skórę do sprawniejszego metabolizmu, dzięki czemu staje się ona dobrze odżywiona, nawilżona, gładka i ma wyrównany kolor.

Pędy bambusa zawierają polifenole, kwas benzoowy i kwas p-kumarynowy. Polifenole to najsilniejsze ze znanych przeciwutleniaczy. Unieszkodliwiają wolne rodniki, które przyspieszają starzenie się skóry. Kwas benzoowy hamuje stany zapalne i ściąga pory skórne. Kwas p-kumarynowy chroni przed rakotwórczym działaniem dymu papierosowego.

I jeszcze jedno – pędy Lucky Bamboo, które kupujemy do hodowania w wazonie, to nie prawdziwy bambus, tylko odmiana draceny.

Zielony five o'clock

Herbata zielona jest niefermentowana, w przeciwieństwie do czarnej lub półfermentowanej czerwonej. Jako drzewo lub krzew jest rośliną wiecznie zieloną.

Legenda mówi, że chiński cesarz Shennong odkrył urok i smak zielonej herbaty przez przypadek. Wypoczywał w ogrodzie, gdy do dzbanka z gorącą wodą wpadło mu kilka liści herbacianego krzewu. Dziś nie tylko Chińczycy cenią zieloną herbatę za działanie wyciszające i orzeźwiające. Regularne picie tego napoju może chronić przed rakiem, obniża poziom cholesterolu i pomaga w koncentracji.

Zielona herbata w kosmetykach uzupełnia niedobór witamin C, B, PP, K. Dostarcza też skórce flawonoidów i mikroelementów. Zawiera taniny i alkaloidy, które łagodzą podrażnienia i przyspieszają gojenie się naskórka. Alergicy powinni zwrócić na to uwagę.

Kosmetyki z zieloną herbatą są świetne dla odchudzających się, ponieważ jeden z jej składników – kofeina – korzystnie wpływa na spalanie tłuszczu.

Kolejną zaletą zielonej herbaty w kosmetyce jest neutralizowanie wolnych rodników, dzięki czemu skóra efektywniej broni się przed starzeniem. Ponadto wzmacnia naczynia krwionośne, dzięki czemu unikamy szpecących cerę pajęczek.

Preparaty z zieloną herbatą polecane są do skóry odwodnionej, ponieważ wspomagają nawilżanie. Ciekawe jest, że herbata niefermentowana w kosmetykach może pełnić funkcję naturalnego filtra przeciwsłonecznego.

W niewielkim na razie stopniu wykorzystywana jest dla urody herbata paragwajska, czyli yerba mate lub herba mate. Powstaje z liści krzewu mate poddanych fermentacji, wysuszonych i sproszkowanych. Mate to wiecznie zielony krzew lub drzewko z rodzaju ostrokrzewów uprawiane w Ameryce Południowej od XVII w. Indiańskie plemię Guarani przygotowywało z herbaty paragwajskiej „napój bogów”. Od wieków uznaje się ją za lekarstwo o właściwościach pobudzających, odżywczych i wzmacniających. Zawiera kofeinę, garbniki i witaminy, najwięcej witaminy A. W kosmetykach działa aromaterapeutycznie: daje ukojenie, uczucie świeżości i lekkości, regeneruje, przyciąga pięć przeciwną. Jej aktywne składniki odżywiają skórę. ▷





Polecamy:

Wyszczuplająco-regenerujący balsam **Kolastyne** zawiera kompleks roślinny redukujący tkankę tłuszczową. Werbena wspomaga wnikanie czynników wyszczuplających w skórę. **200 ml/10 zł**

Chłodzącego żelu do ciała **L'Occitane** na bazie naturalnego ekstraktu z liści werbeny można używać po kąpieli lub na przykład po opalaniu. Łagodzi także podrażnienia po ukąszeniach owadów. Nawilża skórę i pozostawia uczucie świeżości. **250 ml/93 zł**

Żel do zmęczonych, ociążonych nóg **Gel Jambes Légères Guinot** można nakładać nawet przez rajstopy. Pobudza mikrocyrkulację. Świeży zapach werbeny uspokaja i relaksuje. **150 ml/81 zł**

Delikatny peeling do twarzy **Orlane B21** sprzyja całkowitej odnowie naskórka. Mikrocząsteczki otrzymane w wyniku rozdrabniania łodyg bambusa mają właściwości złuszczone. **75 ml/150 zł**

Lotion do spryskiwania włosów po myciu **Wella Lifetex** zwiększa ich puszystość, lekkość i witalność. Ekstrakt z bambusa nawilża, wzmacnia włosy i ich cebulki, a także intensywnie je odżywia. Do kupienia w salonach fryzjerskich. **150 ml/45 zł**

Energizujący żel **Energy Boosting Body Gel Kenzo Ki** pobudza zmęczone ciało. Ekstrakt z soku bambusa ma działanie stymulujące. Woda witalna z bambusa jest bogata w sole mineralne, mikroelementy i olejki eteryczne. Produkt wygładza i nawilża ciało. **250 ml/140 zł**

Żel do mycia ciała i włosów **Fraicheur Végétale Yves Rocher** zawiera wyciąg z bambusa, który działa nawilżająco i wygładza skórę. Produkt ma pH zgodne z pH skóry. Intensywnie odświeża. **200 ml/15 zł**

Krem do kąpieli **Gli Aromi** z herbatą paragwajską dodaje energii, poprawia samopoczucie, pomaga w odnowie skóry **200 ml/79 zł**

Ujędrniający krem przeciwzmarszczkowy **Revlon** jest dobry na dzień i na noc. Zawiera działający antyrodnikowo ekstrakt z zielonej herbaty. **50 ml/66 zł**

Granulat kąpielowy na bazie soli morskiej z ekstraktem z zielonej herbaty i jej listkami **Green Tea Therapy Sense & Body** koi skórę. Zapach uspokaja i odświeża. **350 g/54 zł**

Woda perfumowana **Spiced Green Tea Elizabeth Arden** rozgrzewa ciało i duszę dzięki zawartości zielonej herbaty i przypraw. Jest zmysłowa, poprawia nastrój. Chłodną jesienią otula ciepłym zapachem. **50 ml/150 zł**

Żel pod prysznic **Green Tea Coty** przywraca wewnętrzną równowagę i pozwala zapomnieć o stresach. Aromat zielonej herbaty korzystnie oddziałuje na nasze samopoczucie. Żel jest delikatny dla ciała. **200 ml/20 zł** □