

järsku kaalulangust. Ka rasedus ja rinnaga toitmine võib küüntes muutusi tekitada.

Valged laigud küüneplaadil võivad tekkida kas küüne vigastamisest, vere kõrgest suhkruisaldusest või tsiingi puudusest organismis.

Horisontaalsed triibud küüneplaadil võivad olla põhjustatud kõrge stressitasemest. Vertikaalsed triibud aga osutavad maksa, neerude ja seedeorganite probleemidele.

Küünthe otsene hooldus

Kui elate enda meelest stressivaba elu ja sööte mitmekesist toitu, aga küüned on ikka kahjustunud, võib viga olla küünthe vales hoolduses.

Hapral küünel on enamasti puudus niiskusest ning ta vajab teistest enam küüneõli. Samuti tuleb valida sobiv aluslakk ja küüneviil.

Üldreegel on selline, et mida paksem küüs, seda tugevam viil. Pehme ja kooruv küüs vajab peenemat viili. Metallviil rikub küüne struktuuri, sestap tuleks teha valik pehmete viilide vahel.

Küüneserva lõhenemise vältimiseks tuleb viilida ühes suunas. Ja siis teises. Mitte edasi-tagasi, ja soovitatavalt viilida ainult eelnevalt leotatud küüsi.

Kui narmendavat küünenahka kääridega löigata, muutub narmendamine üha tugevamaks. Narmendamise vastu aitavad õlivannid või küüneõli regulaarne kasutamine. Pehmenenud nahk irrubab surnud rakud ise, märja harjaga küünthe harjamine aitab sellele nahka kahjustamata kaasa.

Aiatööst parkunud käsi peaks märjalt harjama igal õhtul. Seejärel kindlasti õlitage küüsi ja küünenahku ning kreemitage käsi küünarnukini.

Kui küüntel on kalduvus kihistuda, lakkige küünt nii pealt kui ka alt, lisaks sulgege lakiga küüne serv. Nõnda ei pääse õhk ega tolm küünekihtide vahele ning kihistuv küüs kasvab rahulikult välja. Sellist lakkimistehnikat kasutades püsivad ka lakitud küüned kauem veatuna!

KAJA PRÜGI



Kevadeks reipaks ja ilusaks!

PAPS-20 spordigeel ja vedelik

Kas teid vaevavad lihase- ja liigesevalud? Või häirivad nahamarrastused ja -kriimustused?

PAPS-20 koosneb looduslikest preparaatidest: agaav, sirel, taruvaik (vedelikus) ning etüülalkohol. Geeli komponendid on karbomeer Carbopol 980 ja trolamiin.

Ülitundlikkuse korral üksikkomponentide suhtes tuleb pidada nõu arstiga.

Kandke spordigeel õhukese kihina vastavale kehapiirkonnale kuiva naha peale, soovitatavalt 3–4 korda päevas.

PAPS-20 vedelik tugevdab lisaks organismi ja toetab immuunsüsteemi. Selleks manustage vedelikku kaks korgitit päevas.



Onycor

Kevad pole enam kaugel ja varbad nõuavad vabadust – välja sukka- ja sokkidest! Kas teie varba- või sõrmeküüs on kahjustatud traumast või koguni küüneseenest? Kas soovite ergutada küünthe kasvu või soodustada tallanaha elastsust? Alustamiseks on õige aeg.

Onycor sisaldab tõmmiseid järgmistest looduslikest komponentidest: agaav, sirel, pune, valge sinep, Cayenne'i pipar, kadakas, lisaks taruvaik ja etüülalkohol.



Küünekahjustuste ja/või -kasvu kiirendamiseks tilgutage mõned tilgad küüne alla ja vallile. Liigsarvestunud tallanaha pehendamiseks või jala- naha hoolduseks hõõruge jala- naha peale piisav kogus 2–3 minuti jooksul pärast jalgade pesemist ja kuivatamist.

Loe lisaks: www.massuno.ee

Küsi Massuno loodustooteid apteekidest. Apteeker annab ka teavet, millises apteegis toodet parajasti saada on.