Les crevasses de talons

Les talons sont exposés sans cesse à des agressivités. Vous marchez beaucoup, vos pieds souffrent des crevasses peuvent provoquer des douleurs lancinantes et désagréables. Ne laissez pas cette situation empirer. Voici de petites recettes faciles à faire à la maison pour protéger, hydrater et soigner vos talons.

Le miel

Le miel est un ingrédient qui dispose de propriétés très bénéfiques pour la peau, et qui aide à hydrater et à adoucir efficacement.

Mélangez une tasse de miel dans une carafe d'eau tiède.

Faites-y tremper vos pieds pendant 15 à 20 minutes en vous faisant un massage.

La farine de riz

Cet exfoliant à la farine de riz aide à ramollir la peau des talons crevassés, réduit les durillons et améliore notablement ce problème.

Préparez un mélange avec 2 ou 3 cuillerées de farine de riz, de vinaigre de miel et de cidre de pomme.

Faites tremper les pieds pendant 20 minutes avec de l'eau tiède et ensuite, appliquez-vous cette pâte exfoliante en faisant de doux massages circulaires.

Un masque à La banane et à l'avocat

Ce masque à la banane et à l'avocat aide à hydrater la peau des talons crevassés et améliore notablement leur apparence.

Préparez une pâte avec de la banane et un avocat mûrs.

Appliquez ce mélange sur la peau des talons crevassés et laissez agir pendant une demi heure avant de rincer.

Citron et glycérine

Ce traitement naturel aide à ramollir la peau du talon et réduit significativement la sécheresse causée par les talons crevassés.

Versez dans un grand récipient une bonne quantité d'eau chaude, de gros sel, de glycérine, de jus de citron et d'eau de roses.

Ensuite, faites tremper vos pieds dedans pendant 15 à 20 minutes.

Utilisez une pierre ponce pour ramollir la peau sèche des talons et faciliter l'élimination des durillons.

Préparez un mélange de glycérine, de jus de citron et d'eau de roses, et appliquez-la directement sur la peau dure des talons.

Mettez des chaussettes et laissez agir toute la nuit.

Répétez le même traitement pendant quatre ou cinq jours d'affilée.

La vaseline et du jus de citron

La vaseline et le citron agissent profondément sur la peau, l'aidant à ramollir les durillons et réduisant notablement le problème des talons crevassés.

Faites tremper les talons dans de l'eau chaude avec du sel pendant 15 à 20 minutes.

Séchez-vous bien les pieds puis enduisez vos talons avec une cuillerée de jus de citron et de vaseline.

Couvrez vos pieds avec des chaussettes en coton et laissez

agir toute la nuit.