



DOMÁCÍ LÉČENÍ 28. 03. 2013

Kopřivová koupel na nohy

Co budeme potřebovat: 2 hrsti kopřiv 5 l vody hrnec nádoba na koupel
nohou **Jak na to:** Kopřivy dáme do vody a necháme přes noc louhovat.
Druhý...

2 hrsti kopřiv

5 l vody

hrnec

nádoba na koupel nohou

Jak na to:

Kopřivy dáme do vody a necháme přes noc louhovat. Druhý den vzniklý nálev ohřejeme až k varu, necedíme. Nohy koupeme v horkém nálevu 20 minut. Tato jednoduchá, levná a dostupná koupel pomáhá proti únavě, otokům a působí jako osvěžení pro vaše nohy.