



WELLNESS 20. 01. 2016

Bambucké máslo - zázrak v boji proti striím a celulitidě

Vhodné je zejména pro suchou a citlivou pokožku, která má sklon k vytváření suchých šupinek. Zvláční ji, zjemní a dodá potřebnou hydrataci. Poradí si...

Bambucké máslo, nazývané často také karité či shea butter, je nenahraditelným pomocníkem v péči o pleť a pokožku. Regeneruje a hydratuje kůži, pomáhá zvyšovat její pružnost, má také hojivé účinky. Pomoci může zejména ženám se suchou a citlivou kůží. Zároveň je také skvělým přírodním prostředkem proti striím a celulitidě.

Bambucké máslo je v podstatě univerzální pomocník. Má široké spektrum možností využití, nejčastěji se ale nanáší na pleť a kůži celého těla. Zvyšuje pružnost pokožky, zjemňuje ji, vyživuje a vyhlazuje. Navíc je přírodní a bez chemických látek. Bambucké máslo lze sehnat v podobě tělového másla, mýdel či krémů.

Bambucké máslo hydratuje i zeštíhlí

Vhodné je zejména pro suchou a citlivou pokožku, která má sklon k vytváření suchých šupinek. Zvláční ji, zjemní a **dodá potřebnou hydrataci**. Poradí si i s opravdu velmi suchými místy na chodidlech, kolenech či loktech. Stačí nanášet ráno a večer a problémy se suchou kůží budou pryč. Pravidelné používání bambuckého másla může dokonce vést i k **zeštíhlení problematických partií**.

Co je bambucké máslo?

Bambucké máslo je za studena lisovaný tuk. Získává se z hnědých ořechů afrického stromu, který je známý jako máslovník africký, anglicky shea tree. Roste v oblasti rovníkové Afriky, tedy v Ghaně, Nigérii, Mali, Burkině Faso a dalších zemích. Všude tam je považován za posvátný, jeho velké plody velikosti švestky se tedy nesmí trhat, jen sbírat ze země.

Ženské zlato z Afriky

Z plodů se získávají suchá semena, která se dále zpracovávají. Výrobou bambuckého másla jsou pověřeny africké ženy. Zaručuje jim to výdělek, proto se bambucké máslo také někdy označuje jako **ženské zlato**. Sbírané plody ženy nejdříve oloupou, poté nechají usušit a následně melou na prášek. Ten se postupným hnětením mění v máslo.

Zatímco u nás je bambucké máslo populární až v posledních letech, v Africe je používají už po staletí. Ženy pomocí karité chrání svou pokožku před horkým větrem, ale i pískem a prachem, které vítr nese.

Nejúčinnější je přírodní bambucké máslo

Aby bambucké máslo mělo všechny své účinky, musí být čisté, nerafinované, bez chemických příměsí. Jedině tak si zachová nejvyšší možný obsah cenných látek. Jakákoli úprava mu odebírá část jeho schopností. Za studena lisované přírodní bambucké máslo je však opravdovým zázrakem, který vyřeší nebo alespoň výrazně omezí mnoho kožních problémů a bude jim předcházet.

Bambucké máslo proti striím i celulitidě

Díky své schopnosti regenerovat a hydratovat kůži se bambucké máslo skvěle hodí k prevenci vzniku strií a celulitidy nebo ke zmírnění jejich projevů.

Bambucké máslo totiž umí zkrášlovat, hydratovat i léčit. Je bohaté na vitamíny A, D, E, a F, ale také tělu prospěšné nenasycené mastné kyseliny, minerály a další látky, které podporují pružnost pokožky. Právě mastné kyseliny a vitamín E mají na svědomí hydrataci, proto karité udržuje pokožku pružnou. Hojivou sílu má bambucké máslo díky antioxidantům a vitamínům A a F.

Strie jako jizvy na namáhané kůži

Strie vznikají kvůli rychlému a extrémnímu napnutí pokožky. Její prostřední vrstva dermis, kterou tvoří pružná vlákna, v důsledku napínání popraská a prosvítají skrz ni nižší vrstvy kůže a žilky. Proto mohou být strie červené, časem se ale žilky stáhnou a strie blednou. Na těle pak zůstávají v podobě drobných či větších světlých jizev.

Nejčastěji se se striemi potýkají **těhotné ženy**. Kůže na břiše, ale i prsou, hýždích a stehnech se hodně napíná a praská. To stejné se může stát také, pokud člověk během krátkého času přibere více kilogramů nebo naopak rychle zhubne. Strie se mohou objevit i při nadměrném sportování a velkém růstu svalů.

Prevence je u strií důležitá

Při ošetřování strií platí, že čím dříve, tím lépe. Díky prevenci můžeme riziko vzniku strií snížit nebo jejich výskytu úplně předejít.

Pokud tedy dopředu víme, že naši kůži může ohrozit rychlé a extrémní napínání, a že se tedy mohou vytvořit strie, je dobré začít o namáhanou kůži co nejdříve pečovat. Kůže by se bambuckým máslem měla promazávat ráno i večer. Pokud však pokožka svědí nebo pne, říká si o další dávku másla. Bambucké máslo by se mělo nanášet jemnými krouživými pohyby, kůže se touto masáží příjemně **prokrví a nasatí vlhkostí**.

Bambucké máslo vyzmizíkuje i vytvořené strie

Se vzniklými striemi se bojuje hůře, proto je dobré bránit se jim předem. Pravidelné používání bambuckého másla může vzniku strií ale nejen předejít. Pokud někoho strie trápí a prevenci podcenil, může je pomocí bambuckého másla zesvětlit, zmenšit, mohou dokonce i úplně zmizet.

Proti celulitidě také s bambuckým máslem

Stejně jako v boji se striemi může být bambucké máslo užitečné i **proti celulitidě**. Nevzhledná pomerančová kůže trápí především ženy. Celulitida vzniká při ztrátě pružnosti kůže a ukládání tuku do podkoží, kdy dochází vytlačování tukových buněk k povrchu. Vytvoří se tak hrbolovitá kůže zejména na stehnech a hýždích.

Bambucké máslo může celulitidu zmírnit, a to díky své schopnosti obnovit pružnost pokožky a **podpořit tvorbu kolagenu**. Nelze ale počítat s tím, že drolíčky v kůži úplně zničí. Pomoci ale mohou pravidelné masáže problémových míst, sprchování střídavě teplou a studenou vodou, také dostatek pohybu a správná životospráva.