



ZDRAVÍ A KRÁSA 11. 05. 2018

Růžová voda hitem přírodní kosmetiky - všestranný pomocník na pleť, vlasy i psychiku

Vysoce ceněné výtažky se získávají ze vzácné damažské růže. Z ručně sbíraných růží se pozvolnou destilací okvětních lístků vyrábí růžovou voda....

Růže je od nepaměti považovaná za královnu květin. Nejen na pohled, ale i vůní okouzlí a potěší každou ženu. Růže však nemá jen okrasné vlastnosti, ale zpracovává se ve vysoce žádanou růžovou vodu. Oblíbená květina lásky má široké využití v kosmetice celého těla, a navíc si ji můžete připravit i doma.

Růžová voda je v kosmetickém průmyslu velmi žádanou. Blahodárné účinky růže jsou známé po staletí a v současnosti je trendem návrat k přírodním produktům. **Zázračnou vodu používaly ženy již v dávném starověku** pro dosažení krásné a mladistvé pleti. Bohaté ženy měly v oblibě koupele v květech růže, zasvěcené antické bohyni lásky Afrodité. Používání přímo růžové vody je známé od 7. století, kdyby byla výsadou Persie.

Kosmetický zázrak vyhledávaný po staletí

Vysoce ceněné výtažky se získávají ze vzácné **damažské růže**. Z ručně sbíraných růží se pozvolnou destilací okvětních lístků vyrábí růžovou vodu. Výrobní postupy vycházejí ze staletých tradic, dlouhá destilace nebo macerace vodní parou se dodnes praktikuje především **Bulharsku a Francii**. Vzácná damažská růže se pěstuje na velkých plantážích právě v Bulharsku, které je největším producentem růžového oleje.

Růžová voda se v domácnosti neztratí a rychle se stane vaší nedílnou součástí kosmetické rutiny. Voda s výtažky z růže je **vhodná pro všechny typy pleti**, zvláště pro citlivou, kterou účinně zklidňuje. Kosmetický přípravek můžete použít na nespočet způsobů od lehkého osvěžení, provonění i jako podkladovou bázi, odličovač nebo jako olejíček na vlasy.

Růžová voda - účinky

- zklidňující účinky na psychiku
- čištění pleti
- zmírňuje podráždění pokožky
- protizánětlivé účinky
- léčba akné a boj proti stárnutí
- léčba zranění
- hydratace pleti i vlasů

Růžová voda pomáhá pleti i psychice

Uklidňující účinky díky příjemné vůni růže oceníte při náročných dnech plných stresu a únavy. Růžová voda má **antidepresivní vlastnosti, dokáže zmírnit příznaky úzkosti a zlepšit náladu**. Extrakt z růže damažkové dokáže zklidnit mysl a navodit příjemnou atmosféru. Stačí nastříkat růžovou vodu v místnosti, provonět byt nebo přidat kapky růžového oleje do relaxační koupele. Růžová voda se hojně používá v **aromaterapii**. Díky své příjemné vůni zmírňuje bolesti hlavy a pomáhá při problémech se spánkem.

Růžová voda se často využívá jako **zklidňující tonikum, jemný odličovač, pleťovou vodu a či podklad pod krémy**. Růže dokáže pleť vyčistit, projasnit a oživit. Můžete ji používat večer jako poslední krok důkladného odličení obličeje a hned ráno jako první osvěžení pleti. Přípravek je **jemný, neštípe, příjemně voní** a na rozdíl od produktů s obsahem alkoholu nevysušuje pokožku.



Růžová voda zklidňuje citlivou pokožku i bojuje proti akné

Přírodní kosmetický přípravek je skvělým **pomocníkem proti problematické pleti a akné**. Růže díky svým antioxidačním a dezinfekčním účinkům zklidňuje pokožku. Pravidelné používání růžové vody k čištění pleti pomáhá předcházet tvorbě nových pupínek, stahuje rozšířené póry, ale zároveň hydratuje pokožku. **Protizánětlivé účinky** mohou snížit nepříjemné zarudnutí i otoky pokožky. Jako účinný přípravek na boj s problematickou pletí se používá již po staletí. Doma si snadno můžete připravit přírodní pleťovou masku pro citlivou a aknézní pleť.

Domácí pleťová maska z růžové vody

Smíchejte šťávu z citronu a růžovou vodu ve stejném poměru. Tuto směs aplikujte na obličej a nechte působit přibližně půl hodiny. Následně smyjte vlažnou vodou. Maska redukuje maz v pleti, částečně odstraňuje pigmentové skvrny a jizvy. Růžovou vodu můžete jednoduše přidávat do různých přírodních pleťových masek místo obyčejné vody.

Díky skvělým regeneračním účinkům **pomáhá při léčbě spálenin, odřenin nebo puchýřů**. Přírodní voda z růže neštípe, ale urychlí hojení. Růžová voda pomáhá léčit zranění díky svým antiseptickým vlastnostem. Své příznivkyňě má i v **boji proti stárnutí a vráskám**.

Přírodní kondicionér a maska na vlasy

Růžová voda je účinná i na vlasy. Pro snazší rozčesávání vlasů aplikujte rozprašovačem na celé délky vlasů **místo kondicionéru**. Přírodní růžová voda vlasy nezatěžuje chemií a zbytečně neurychlí proces maštění. Vlasy snadno rozčešete, posílíte a koncečky zůstanou zacelené bez třepení. Díky květinové vůni navíc budou letně svěží. Růžovou vodu lze použít také jako masku na vlasy. **Hydratační vlastnosti zvyšují kvalitu vlasů**, protizánětlivé účinky zase pomáhají s citlivou pokožkou hlavy a lupy.

Jak vyrobit růžovou vodu?

Růžovou vodu lze snadno koupit v obchodech s kosmetikou, ale můžete si ji vyrobit i doma. Postup je snadný, a navíc si tak krásně provoníte celý byt. Zároveň máte možnost si připravit kosmetickou vodu podle vašich přání s přidavkem dalších vonných ingrediencí a namíchat si svou růžovou vodu podle vaší chuti.



Výroba domácí růžové vody:

Ingredience:

- lístky růží
- esenciální olej
- destilovaná voda

Postup:

1. Růžové okvětní lístky nejdříve pečlivě odstraňte ze stonků a opláchněte ve vlažné vodě od nežádoucích nečistot.
2. Následně očištěné lístky vložte do dostatečně velkého hrnce. Zalijte destilovanou vodou tak, abyste zakryli všechny lístky.
3. Zapněte sporák na střední plamen, pomalu přiveďte vodu k varu a zakryjte hrnec pokličkou.
4. Nechte vařit na mírném ohni 25 až 30 minut, dokud okvětní lístky neztratí pigment až do bledě růžového zbarvení.
5. Přefiltrujte směs v cedníku pro oddělení lístků a vývaru.
6. Vyvařenou vodu rozdělte do připravených nádob, nechte vychladnout a uchovávejte v chladu.

Do růžové vody můžete přimíchat i další vámi oblíbené vonné bylinky a vytvořit si tak přírodní kosmetický produkt podle vlastní chuti.

Variabilní produkt můžete díky přírodnímu složení používat neomezeně, jak potřebujete. Ať už jen pro příjemné květinové osvěžení nebo pro léčbu problematické pleti či originální ingredienci do pečení sladkých dobrot.