



盐的七大妙用

1. 控油。对于油脂分泌旺盛的T字部位，即使到了冬天，很多油性皮肤还会分泌油脂，面对这种情况，可以用细盐抹在事先润湿的皮肤上，轻轻按摩后休息3分钟，然后在鼻翼两侧毛孔张开的部位，用中指指腹由下向上做挤压式按摩。

2. 祛痘。背部长有青春痘，不防用盐试试。入浴后让身体充分温热，待毛孔张开后多抹些盐在后背，各个角落都要抹到。用浴刷按摩1分钟，不要太用力，然后用海绵蘸上淡盐水，贴在背上10分钟，再用清水洗干净。

3. 刷牙。照中医的理论，食盐味咸，入肾，齿为骨之余，肾又主骨，所以食盐能稳固牙齿。刷牙的时候在牙膏上放点盐，有非常好的消炎杀菌效果，能使牙齿更坚固洁白。

4. 清洗果蔬。清洗果蔬的时候可将果蔬打湿后擦上盐，再彻底冲洗，这样不仅能去除果蔬表面的污垢，还能清除部分农残。

5. 去污去味。盐不仅可以去除砧板上的污垢，还能起到消毒、去鱼腥味的作用。洗手的时候先用盐搓一下手，再用肥皂洗手，能明显去除腥味。

6. 杀菌消毒。新买来的衣服、毛巾，先用盐水浸泡一下再清洗，可减少衣服褪色；毛巾经常放点盐煮一下，既能防止发霉，又对毛巾起到杀菌消毒作用。

7. 清热解毒。中医认为，盐有清热、凉血、解毒的作用。因此，清晨起床后空腹喝一杯淡盐水，有利于降火益肾、保持大便通畅、改善肠胃的消化吸收功能。

来源：生活百科网