

Naturalne sposoby na ujędrnienie biustu. Poznaj krem Frashe

data aktualizacji: 2018.07.01



Wszystkie kobiety marzą o pięknym dekolcie. Jeżeli są szczęśliwymi posiadaczkami ładnego, jędrnego biustu to chcą, by ten stan rzeczy trwał. Rzeczywistość jest taka, że wraz z upływem czasu w naszej skórze nieubłaganie zachodzą zmiany powodujące utratę jędrności i zwiotczenie piersi. Wiele osób decyduje się na operacje plastyczne lub inne inwazyjne zabiegi powiększania biustu, jak zastrzyki z kwasu hialuronowego. Trzeba jednak pamiętać, że taka ingerencja w nasz organizm wiąże się z pewnym niebezpieczeństwem i możliwością wielu powikłań. Warto zastanowić się nad naturalnymi metodami powiększenia biustu oraz zdrowymi sposobami na ich ujędrnienie.

Zacznijmy od paru słów na temat anatomii piersi

Piersi umiejscowione są na mięśniu klatki piersiowej. Składają się z tkanki gruczołowej, łącznej oraz tłuszczowej. Wyposażone są również w układ chłonny, czyli w węzły chłonne oraz podobne do naczynek krwionośnych, naczynka chłonne. Jest to część układu immunologicznego, odpowiedzialnego za odporność naszego organizmu. Podstawową funkcją piersi jest produkcja mleka dla potomstwa. Oczywiście są również symbolem kobiecości.

Co źle wpływa na wygląd naszego dekolту?

Wygląd piersi jest ściśle związany ze stanem naszej skóry. Im jest zdrowsza, tym lepiej podtrzymuje

nasz biust. Niestety istnieje sporo czynników, które powodują, że nasze piersi tracą swe krągłe kształty. Duże znaczenie odgrywają uwarunkowania genetyczne, wiek i związane z nim procesy starzenia. Bardzo negatywny wpływ ma prowadzenie niezdrowego trybu życia; palenie papierosów, nadużywanie alkoholu, zła dieta, brak snu i odpowiedniej pielęgnacji skóry.

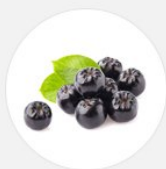
Czytaj również: [Czy krem na rozstępy na piersiach może pomóc?](#)

W zdrowej skórze, piękny biust

Dieta to podstawa

Bardzo ważne jest prawidłowe odżywianie i dobór wartościowych produktów spożywczych bogatych w witaminy i związki mineralne, szczególnie tych mających pozytywny wpływ na naszą skórę:

- witamina C: to silny przeciwutleniacz chroniący komórki naszej skóry przed wolnymi rodnikami i tym samym, spowalniający proces starzenia się skóry. Najwięcej znajdziemy jej w owocach cytrusowych, czarnej porzeczce, rokitniku, aceroli oraz w natce pietruszki,
- witamina E: należy do grupy witamin rozpuszczalnych w tłuszczu, zwana jest witaminą młodości. Również jest silnym przeciwutleniaczem chroniącym komórki przed przedwczesnym starzeniem. Aby dostarczyć ją organizmowi, należy spożywać oleje roślinne, orzechy laskowe, migdały, pestki dyni, nasiona słonecznika, paprykę, szpinak oraz natkę pietruszki,
- beta karoten (prowitamina A): wspomaga produkcję włókien kolagenowych w skórze, dzięki czemu opóźnia powstawanie zmarszczek. Chroni naszą skórę przed promieniowaniem UV, zapobiegając powstawaniu nieestetycznych przebarwień. Dodatkowo pomaga w walce z trądzikiem, ponieważ normalizuje prace gruczołów łojotokowych. Znajduje się w marchwi, jarmużu, szpinaku, dyni, brokułach i w wątrobach zwierząt,
- witaminy z grupy B: rozpuszczalne w wodzie, łatwo przyswajalne ale równocześnie nie magazynowane przez nasz organizm. Dlatego ważną rzeczą jest dbanie o to by stale dostarczać je do organizmu. Mają wpływ na nasz metabolizm, układ nerwowy oraz włosy i skórę. Witaminy z grupy B znajdują się w orzechach, nasionach, produktach pełnoziarnistych, wszystkich odmianach fasoli, jajkach i w nabiale,
- selen: składnik mineralny mający duży wpływ na naszą odporność. Wzmacnia działanie witaminy E pomagając jej w ochronie skóry. Najwięcej selenu zawierają orzechy brazylijskie, tuńczyk, nasiona słonecznika, czosnek, cebula, brązowy ryż, produkty pełnoziarniste, jajka i wątroba zwierzęca,
- cynk: doskonały antyoksydant wspierający procesy regeneracyjne skóry. Występuje głównie w produktach odzwierzęcych, takich jak, mięso, wątroba, ryby i jajka. W produktach roślinnych znajdziemy go w nasionach dyni i słonecznika, otrębach i kiełkach pszennych, cebuli oraz w czosnku,
- żelazo: brak tego pierwiastka w organizmie może doprowadzić do niebezpiecznej dla nas w skutkach anemii. Niedobór żelaza powoduje ziemistość cery, problemy z trądzikiem oraz zaskórnikami. Aby uzupełnić jego niedobór, należy spożywać dużo zielonych warzyw, zwłaszcza jarmuż, natkę pietruszki, szpinak. Najwięcej jednak znajdziemy go w wątrobie zwierzęcej,



Acanthopanax Senticosus Extract:

zawiera skrobię, żelazo, magnez, witaminy z grupy B oraz witaminę C. Te składniki pielęgnują i odnawiają skórę, poprawiają mikrokrążenie, ujędrniają i uelastyczniają skórę.



Wyciąg z kwiatów lawendy:

odmładza skórę i zmniejsza zmarszczki, ponadto poprawia krążenie, łagodzi podrażnienia i stany zapalne.



Ekstrakt z ruszczyka kolczastego

jest idealny dla cery naczyniowej, bo obkurcza naczynia krwionośne i powoduje, że są mniej widoczne, wzmacnia je i uelastycznia, pobudza przepływ krwi i limfy, dzięki czemu ma działanie ujędrniające.



Ekstrakt z pąków:

zmniejsza kruchość naczyń krwionośnych, poprawia elastyczność skóry, wygładza, nawilża, działa przeciwbakteryjnie i przeciwgrzybiczo.



Kofeina:

zawarta w ekstrakcie z guarany drenuje i pobudza mikrokrążenie, doskonale wpływa na zwiótniętą skórę, zmniejsza obrzęki, zapobiega ponownemu gromadzeniu się tłuszczu.



Dipalmitoyl Hydroxyproline:

jest substancją otrzymywaną z roślin o działaniu przeciwmarszczkowym i nawilżającym.



Ceramide 6:

ceramidy doskonale wpływają na gładkość i miękkość skóry.

Tajemnicą pięknych piersi jest ich właściwa pielęgnacja. KREM FRASHE.

Ogromnie ważne jest właściwe odżywianie skóry od zewnątrz. Dlatego tak istotne jest to, jaki balsam ujędrniający do biustu wybierzemy. Należy wybierać naturalne kosmetyki bez szkodliwych konserwantów i chemii. Dostępne w sklepach kremy ujędrniające do biustu oraz na powiększenie piersi, bardzo często mają ubogi zestaw aktywnych składników, za to bogaty wachlarz substancji chemicznych. Ich skuteczność jest nieduża, za to, mogą wywoływać podrażnienia skóry. [Krem na ujędrnienie biustu Frashe jest całkowicie naturalny.](#) Zawiera zestaw profesjonalnie skomponowanych, aktywnych składników i zero chemii.



Opinie Frashe

Zawsze miałam duże piersi, niestety z wiekiem stawały się coraz bardziej zwiotczałe i obwisłe. Używałam kupionego w drogerii **serum do biustu**. Okazało się, że jestem uczulona na zawarte w nim środki chemiczne. Mój dermatolog polecił mi **krem ujędrniający do biustu Frashe**.

Jest on całkowicie bezpieczny i naturalny. Moja skóra stała się napięta i sprężysta. Mój biust uniósł się i odzyskał ładne kształty. Polecam wszystkim, zwłaszcza osobom ceniącym sobie jakość produktu. - mówi **Pani Beata z Wrocławia**.

Bardzo polecam ten produkt, już po kilku aplikacjach odczułam znaczną różnicę. Skóra odzyskała jędrność i jest miła w dotyku. Piersi są bardziej sprężyste i wyglądają na obfitsze. Cieszy mnie również, że jest to produkt naturalny i nie narażam swojego organizmu na kontakt z substancjami chemicznymi. - mówi **Pani Magda z Warszawy**

Czytaj więcej na: [Naturalne sposoby na ujędrnienie biustu w portalu ujedrnianie-biustu.pl](https://naturalne-sposoby-na-ujedrnienie-biustu-w-portal-ujedrnianie-biustu.pl)

Źródło: <https://haloursynow.pl/artykuly/naturalne-sposoby-na-ujedrnienie-biustu-poznaj-krem-frashe,9973.htm>