

วิธีสยบ...กลิ่นกายแรงฤทธิ์

นำเสนอเมื่อ : 7 พ.ค. 2552

หากมีกลิ่นกายแรงฤทธิ์ อันเป็นกลิ่นที่ไม่พึงประสงค์ของตนเองและคนรอบข้าง คนโบราณมีวิธีกำจัดค่ะ...

☐ ให้นำสารส้มเป็นก้อน ๆ มาทาถู ๆ ที่รักแร้เป็นประจำเพื่อระงับกลิ่น

☐ แต่หากอยากให้รักแร้ขาวผุดผ่องก็ต้องใช้มะนาวเป็นตัวช่วย ขณะที่สมัยนี้ไม่ว่าจะวัยไหน ๆ ก็มักหยิบลูกกลิ้งที่กลิ้งไปกลิ้งมาอย่างโรลออนมาเป็นทางเลือก

☐ นอกจากนี้ ควรลดอาหารรสจัด งดเครื่องเทศต่างๆ ถ้าชอบทานกระเทียม ก็ต้องลด ๆ ลงบ้าง กินผลไม้สดที่มีรสเปรี้ยวจัด ซึ่งจะเป็นการ detox ลำไส้ไปในตัว และจะขับกากอาหารที่ทำให้เกิดกลิ่นตัวออกมาด้วย และที่สำคัญ ต้องออกกำลังกาย เพื่อขับเหงื่อ และ สิ่งสกปรก ออกจากร่างกาย ดื่มน้ำเปล่ามาก ๆ ชำระร่างกายให้สะอาด พักผ่อนให้เพียงพอ

เพียงเท่านี้ รับรอง กลิ่นตัวที่ไม่พึงประสงค์ก็จะค่อย ๆ หายไปจากคุณค่ะ....