

Natural Remedies: Application Uses For Eye Problems 外敷眼疾自然疗法



- 芦荟汁 (无糖) 浸泡在化妆棉后轻敷 (芦荟汁 1 汤匙加冷水 1 汤匙)。
- 苹果醋作为洗眼水：浸泡在化妆棉后轻敷 (苹果醋半汤匙加 半杯 125 毫升的蒸馏水或矿泉水，使用前需搅拌均匀)。
- 小苏打作为洗眼水：(小苏打 1/4 茶匙加半杯 125 毫升的蒸馏水或矿物水, 使用前需搅拌均匀)。
- 蓖麻油作为眼滴：(使用吸管在每只眼睛滴上 1 滴)。
- 洋甘菊作为洗眼水：浸泡在化妆棉后轻敷 (洋甘菊 3 片加入半杯 125 毫升的热水，浸泡 5 分钟，使用前需过滤)。
- 菊花作为洗眼水：浸泡在化妆棉后轻敷 (菊花 3 片加入半杯 125 毫升的热水，浸泡 5 分钟，使用前需过滤)。
- 冷冻金属勺子作为外敷 (把金属勺子放入冰水中约 5 分钟，然后轻敷眼睛上)。
- 香菜作为洗眼水：浸泡在化妆棉后轻敷 (香菜 1 棵 8-10 片叶子加入 100 毫升的水，煮沸约 10 分钟然后让其冷却或取其汁与 50 毫升的蒸馏水或矿泉水混合，使用前需搅拌均匀)。
- 新鲜黄瓜片作为外敷。

- 小茴香种子作为洗眼水：浸泡在化妆棉后轻敷。
- 冷冻绿色蔬菜用毛巾包裹作为外敷 (冷冻一袋青菜足已覆盖双眼，使用前需准备一条毛巾)。
- 磨碎的马铃薯作为外敷 (确保磨碎的分量足够覆盖 双眼)。
- 牛奶 (冷或温热)和蜂蜜作为洗眼水：浸泡在化妆棉后轻敷 (牛奶 1 汤匙加蜂蜜1 汤匙，使用前需搅拌均匀)。
- 玫瑰水作为洗眼水：浸泡在化妆棉后轻敷(玫瑰花蕾 3 片加入半杯 125 毫升的热水，浸泡5 分钟，使用前需过滤)。
- 盐水作为洗眼水：浸泡在化妆棉后轻敷 (盐 1 茶匙 加入1 杯 250 毫升的蒸馏水或矿泉水，使用前需搅拌均匀)。
- 茶袋作为洗眼水：浸泡在化妆棉后轻敷 (任何类型的茶如: 红茶、 绿色等)。
- 金缕浸泡在化妆棉后轻敷 (可从药房购买)。
- 其它：针灸眼睛的穴位。

参考：[眼睛问题](#)