**Dəridən təravətli qoxular gəlməsinin mühüm şərti nədir?**

**Ətir şüşəsini gün ərzində üzərimizə boşaltsaq da, təəssüf ki, isti günlərdə tər dərinin təmiz və təravətli qoxmasına mane olur. Bəs, gün ərzində dəridən təravətli meyvə və bitki qoxuları gəlməsi üçün nə edə bilərik?**

Dəridən gözəl qoxular gəlməsinin birinci şərti təmizlikdir. Bu səbəblə hər gün duş qəbul edin. Hər gün ilıq su ilə çimməyə tənbəllik etməyin. Bu sizi həm rahatlaşdıracaq, həm də pis qoxuların qarşısını alacaq. Pis qoxunun mənbəyi bəzən də saçlar olur. Ona görə də saçlarınızı və bədəninizi təmiz saxlamağa, müntəzəm olaraq təmizləməyə diqqət göstərin.

Koko Şanel deyir ki, ətir vurmayan qadının gələcəyi yoxdur. Lakin ətir hər şey demək deyil! Ətrin dəridə qalıcı olmasını istəyirsinzisə, əvvəlcə duş gelləri ilə bədən losyonlarından istifadə edin. Kremlənmiş dəridə ətir daha yaxşı qalır.

Geyimlərinizi şkaflara yerləşdirməzdən əvvəl üstünə bir az ətir sıxın. Paltarları şkafdan çıxaranda onların ətrinə özünüz də heyran qalacaqsınız.

Sizdən gözəl qoxular gəlməsinin mühüm şərtlərindən biri də ağız qoxusunun təmiz olmasıdır. Ağzınızdan pis qoxular gəlirsə, ən bahalı ətirlər belə sizə bu məsələdə kömək etməyəcək. Bunun üçün ağız gigiyenasına əməl edin, əgər ağızdan gələn qoxunun səbəbi mədədirsə, həkim nəzarətindən keçin və müalicə alın.

Fidan