Sut i wneud Balm Llygad y Dydd

Byddwch angen:

Llygaid y Dydd, pot gwag, olew llysiau neu heulflodyn, gogr, jwg mesur, cwyr gwenyn (ar gael ar-lein), sosban, powlen i ddal dŵr er mwyn toddi'r cwyr a phot, tin neu gynhwysydd ciwbiau rhew.

Cam 1.

Llenwch bot glân gyda llygaid y dydd a pharhau i'w lenwi gydag olew - oddeutu 100ml o olew llysiau neu heulflodyn. Sicrhewch fod y pot wedi'i lenwi heb bwyso i lawr yn ormodol. Gosodwch y pot mewn man cynnes, silff ffenestr heulog (tŷ gwydr yn ddelfrydol) a'i adael i fwydo am 3 wythnos.

Cam 2.

Arllwyswch yr olew drwy'r gogr i mewn i jwg mesur. Rydych angen 4 gwaith yn fwy o olew na chwyr gwenyn, felly pwyswch y cwyr er mwyn i chi gael cymysgedd cyfartal.

Cam 3.

Toddwch y cwyr gan ddefnyddio powlen mewn sosban sydd yn hanner llawn â dŵr berwedig. Ychwanegwch yr olew a chymysgwch. Profwch a yw'r cymysgedd yn caledu mewn soser - os yw'n rhy galed, ychwanegwch ychydig o olew, os yw'n rhy ddyfrllyd ychwanegwch fwy o gwyr. Rydych eisiau dwyster y gallwch ei rwbio i mewn i'ch croen.

Cam 4.

Arllwyswch i gynhwysydd o'ch dewis a'i adael i galedu. Mae'r balm yn gweithio'n dda fel lleithydd, ond yr hen enw ar gyfer llygad y dydd yn Saesneg oedd 'bruisewort', sy'n cyfeirio at ei allu i drin cleisiau (tebyg i arnica). Os cedwir mewn cynhwysydd ciwbiau rhew, rydych hefyd yn cael yr effaith oeri clais (ond sicrhewch eich bod yn ei labelu).