

# Przesuszone włosy – ratunku!

Ewa Kozioł



**SŁOWIAŃSKA ZIELARKA**

**Odkryj więcej sprawdzonych przepisów w  
DARMOWYM herbarium wejdź na  
[www.slowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl) , aby uzyskać  
swój dostęp i zacząć skutecznie używać  
zioł**

Dzisiaj króciutko, jednakże treściwie. Chcę wam przedstawić terapię gorącym olejem jest ona niesłychanie prosta w wykonaniu, a jej efekty są naprawdę zdumiewające. Terapię najlepiej stosować chociaż raz na trzy tygodnie po uprzednim umyciu włosów.

## **Terapia na przesuszone włosy**

Terapia gorącym olejem lub też oliwą jest stosowana od tysiącleci w medycynie indyjskiej, aby upiększyć przesuszone włosy tamtejszych kobiet. Taki zabieg odżywia suche i zniszczone włosy zwłaszcza po farbowaniu, czy użyciu komercyjnych środków pielęgnujących. Podgrzanie oleju sprawia, iż może on lepiej wnikać do włosa, przez co terapia staje się bardziej skuteczna. Olej podgrzewa się w kąpielu wodnej do uzyskania ok 37°C. Sprawdzając temperaturę bez użycia termometru, metodą organoleptyczną. Trzeba podgrzewać olej, cały czas trzymając w nim palec, i przerwać podgrzewanie, kiedy czujemy gorąco. Olej wmasuj w skórę głowy za pomocą opuszków palców, stosując okrężne ruchy, po czym bardzo dokładnie wyszczotkuj włosy.

Do długich i grubych włosów użyj jednej, dwóch (lub większej ilości) łyżeczek oleju, zaś do włosów cienkich i krótkich użyj  $\frac{1}{4}$  lub  $\frac{1}{2}$  łyżeczki. Zawiń włosy w plastikowy czepek, następnie w gruby ręcznik. Pozostaw włosy pod przykryciem na co najmniej 1 godzinę, potem wypłucz je gorącą wodą (uwaga, aby się nie poparzyć). Następnie wymyj włosy łagodnym szamponem lub mydłem marsylskim. Jeśli jesteś jedną z osób, która zrezygnowała z szamponu będziesz potrzebować sody oczyszczonej. Należy ją wmasować we włosy jak szampon. Dodatkowo ściągnij pozostałości oleju za pomocą np. papierowego ręcznika i dokładnie wyszczotkuj włosy. Jeśli na włosach nadal jest tłuszcz warto je wysuszyć i posypać mąką, aby ściągnąć nadmiar oleju, następnie znów dobrze wyszczotkować włosy.



Oliwa z oliwek jest jednym z najbardziej odżywczych tłuszczów znanych człowiekowi, dlatego warto zaprząć ją do działania. Podgrzaną oliwę wymieszaj (patrz ilość wyżej) z 20 kroplami olejku rozmarynowego (jeśli użyłaś 2 łyżeczek lub 5 jeśli  $\frac{1}{4}$  łyżeczki). Olejek rozmarynowy silnie stymuluje, nabłyszczają oraz wspomaga wzrost włosów.

Taką gorącą terapię warto stosować również na połamane i

rozdwojone końcówki włosów, jednak zastąp olejek rozmarynowy olejkami z drzewa sandałowego, który będziesz wmasowywać delikatnie w końcówki.

**Jeśli chcesz wiedzieć  
więcej o naturalnych  
kosmetykach, już  
niedługo pojawi się  
kurs „PIĘKNA Z NATURY  
W 21 DNI: wyrzucić  
chemię z  
kosmetyczki”.**



Jasne, nie chcę go przegapić

UWAGA, ten dokument jest prawnie chroniony prawem autorskim ©Copyright 2012-2024 Fundacja Zielony Zagonek, nie wolno go powielać, kserować ani używać w jakikolwiek sposób bez kontaktu z autorem na stronie [www.slowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl)