

Naturalny szampon dla brunetek

written by Ewa Kozioł

Przez dekady mówiono “spienić, wypłukać I powtórzyć” – z marzeniem o pięknych, zdrowych, błyszczących i sprężystych do perfekcji włosach, podążaliśmy za słowami z reklam. Jak to działają szampony?

Pierwszego dnia po wymyciu włosów, są one puszyste i przesuszone, drugiego dnia zaczynają już trochę normalnie wyglądać, trzeciego dnia na głowie mamy tłusty bałagan i znowu czas na szampon. Cały ten cykl powtarza się, ponieważ skóra głowy jest bardzo zdesperowana, aby utrzymać prawidłowy balans. Szampony całkowicie ściągają ze skóry głowy sebum, które odżywia i chroni włosy przed środowiskiem zewnętrznym. Kiedy go brakuje, gruczoły łojowe, biją na alarm i przystępują do masowej produkcji sebum. Używając delikatniejszych płynów do mycia jak i zaprzestanie codziennego mycia włosów odbuduje harmonię Twoich włosów. Mając suche kręcone włosy czas detoksu był dla mnie bardzo naturalny, jednak osoby z grubymi i przetłuszczającymi włosami muszą trochę pocierpieć, zanim ich włosy wrócą do naturalnego stanu. Jednak warto poczekać i być cierpliwym. Naturalny szampon dla brunetek jest dla osób, które przeszły tzw. detoks włosów i skóry głowy więcej jest na ten temat [tutaj](#).



Naturalny szampon dla brunetek

- $\frac{1}{4}$ szklanki kakao na szklankę wody
- $\frac{1}{5}$ szklanki rozmarynu na szklankę wody (jeśli nie masz rozmarynu i innych ziół można je kupić w normalnej cenie i świetnej jakości [tutaj](#))
- 5 kropli naturalnego olejku miętowego.

1. Zioła wsyp do emaliowanego garnka i doprowadź do wrzenia, następnie gotuj przez 15 minut.

2. Zioła odcedź i dodaj olejku miętowego i kakao, całą miksturę odstaw aby jej temperatura była porównywalna z temperaturą ciała.

3. Wlej miksturę na włosy i kolistymi ruchami masuj skórę głowy przez 5 minut.

4. Następnie spłucz naturalny szampon dla brunetek pod bieżącą wodą.

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