

Házilag is orvosolható a hajunk korpásodása

A hajmosás három alapszabályát kell a korpásodásra hajlamos embereknek alkalmazniuk, hogy a fejbőrük és a hajuk érzékeny flórája ne sérüljön.

1. Tilos a túl meleg víz, mert a hajszál szerkezete kinyílik, és a benne lévő tápanyagokat kimossák belőle. Ezáltal sérülékennyé válik és száraz, töredezett lesz.

2. Tilos a túl hideg víz, mivel a fagygyümöregyeket túlzott zsírtermelésre serkenti.

3. Óvatosan szárítsa a haját. A forró hajszárító levegője felboríthatja a fejbőr és a haj flóráját, ezért csak távolról, de inkább hajszárító nélkül napon vagy meleg légáramlatban szárítsák meg a hajukat.

Korpa elleni természetes szerek: melegítsen fel két evőkanál jó minőségű mandula- vagy szőlőmagolajat a bőrnek kellemes hőmérsékletűre, majd csöpentsen bele öt csepp citromfű illóolajat, és jól ke-

A természetgyógyász tanácsai

Tóth Zsigmond természetgyógyász tanácsadó rovatunkban várja kérdéseit a termesztogyogasz@borsonline.hu e-mailre vagy levélben a **Bors 1149 Bp., Róna u. 120-122.** címre. A borítékra írja rá: „Természetgyógyász”.



verje össze. Apró fogú fésűvel válassza el a haját és az oljakeveréket juttassa a választékokba. Ne csak a korpás területeken, hanem az egész fejbőrön oszlassa szét, majd finoman, de alaposan masszírozza bele. Ha kész, húzzon zuhanyapakát a fejére, és meleg vizes törölközőt tegyen rá úgy, hogy az egész hajas fejbőrt melegen tartsa. Végül az egész turbánt takarja le egy száraz, nagy törülközővel addig, amíg ki nem hűl. Ez a módszer vérbőséget csinál a fejbőrben, táplálja, erősíti azt, és a letapadt korpát is föloldja, eltávolíthatóvá teszi. Ezután mosson haját. Először és másodszer enyhén samponos vízzel, harmadszorra nyírfalevél és százsorszép egyenlő arányú keverékéből készített főzettel. Ne okozzon mikro sérüléseket erőteljes dörzsöléssel a fejbőrön, mert a gomba megbújik, és visszajön a korpa.

