

Természetes módszerrel is eltüntetheti a korpát

A korpára sok jó és hatásos dolgot árulnak. Hallani fogunk környezetünkben olyan módszereket, amik már ismerősünknel beváltak, de az irány legyen változatlan: minél természetesebb, annál jobb. Ha még sincs jó ötlet, akkor a következőket ajánljuk: a hajmosásnál a fejbőr érzékeny flórája ne sérüljön! 1. Túl meleg víz tilos, mert a hajszál szerkezete kinyílik, és a benne lévő tápanyagokat kimossuk belőle. Sérülékennyé válik, száraz töredezett lesz. 2. Túl hideg víz tilos, mert a faggyúmirigyeket túlzott zsírtermelésre serkenti. 3. Lényeges az óvatos hajszárítás, a forró hajszárító levegője felboríthatja a fejbőr és a haj flóráját, ezért csak távolról, de inkább hajszárító nélkül napon vagy meleg légáramlatban szárítsuk meg a hajunkat.

Melegítsen fel két evőkanál jó minő-



A természetgyógyász tanácsai



Tóth Zsigmond természetgyógyász tanácsadó rovatunkban várja kérdéseit a

termesztgyogysz@borsonline.hu e-mailre vagy levélben a **Bors, 1149 Bp., Róna u. 120-122.** címre. A borítékra írja rá: „Természetgyógyász”.

ségű mandula- vagy szőlőmagolajat a bőrnek kellemes hőmérsékletűre, majd csöppentsen bele öt csepp citromfű illóolajat, és jól keverje össze. Apró fogú fésűvel válassza el a haját és az olajkeveréket juttassa a választékokba, ne csak a korpás területeken, hanem az egész fejbőrön, majd alaposan masszírozza bele. Ha kész, húzzon zuhany sapkát a fejére, és meleg vizes törülközőt tegyen rá úgy, hogy az egész fejbőrt melegen tartsa. Végül az egész turbánt takarja le egy nagy százaz törülközővel addig, amíg ki nem hűl. A módszer vérbőséget teremt a fejbőrben, táplálja azt, a letapadt korpát föloldja, eltávolíthatóvá teszi. Ezután mosson haját.