

detkityumen.ru

## Ароматные секреты здоровья и красоты волос

Когда вы рассматриваете фотографии красавиц, на что вы обращаете внимание? Как показывает статистика – первое что мы видим – волосы и прическа.

Что бы волосы были красивыми, пышными и здоровыми важно о них бережно заботиться. Сезонность почти не играет роли: зимой они страдают от мороза, маются под шапками, а летом разрушаются солнцем, ветром, морской водой и почти всегда феном, плойками, утюжками и т.д. Кажется, ни одна часть нашего тела не подвергается такому частому неблагоприятному воздействию, как наш любимый **символ женственности – прекрасные волосы.**

К средствам для волос предъявляется **множество требований: они должны питать волосяную луковицу, не усиливая выработку кожного сала и не нарушая микробиом кожи, при этом не нарушая воздухопроницаемость кожи головы; должны надежно закрывать чешуйки волос, не утяжеляя их и не склеивая между собой.**

Как же много мифов, ложных обещаний, необъективных рекламных слоганов появляется именно на флакончиках и баночках со средствами для волос. Например, один из самых популярных – витамины, гиалуроновая кислота, питательные экстракты в бальзамах для волос. Почему все перечисленные компоненты не нужны на волосах? Потому что волос на протяжении своей длины не живой, он не способен в себя впитывать витамины и как-то ими укрепляться. Это просто полая не живая трубочка и наша задача, для придания им красивого вида, нанести на длину волоса средства закрывающие, склеивающие между собой чешуйки кутикулы - внешнего защитного слоя. Кутикула в свою очередь защищает от пересыхания второй слой - кортекс — корковое вещество, состоящее из удлинённых мертвых клеток (важен для прочности и эластичности волоса, определяет его цвет за счет меланина).

А вот питать, насыщать микроэлементами, витаминами, активами есть смысл именно волосяную луковицу – фолликул, из которого формируются клетки для построения волоса. Именно **на кожу головы есть смысл наносить маски, масла, втирания.**

Включая критическое мышление и немного изучив свойства химических активов и компонентов, из которых производят современную косметику, можно легко разобраться в обилии обещаний на флаконах и баночках представленных в масс-маркете.

А можно побыть волшебником, косметологом и феей красоты для себя самостоятельно, создав **натуральные, безопасные (при соблюдении рекомендуемых дозировок) средства для ухода за волосами и кожей головы.** Не обязательно для этого разворачивать на кухне мини заводик. Достаточно иметь **несколько эфирных масел**, которые добавляются **в натуральную основу: базовые масла, нейтральный медицинский гель**, в полностью натуральные шампуни или бальзамы. □

Прежде всего давайте определимся, какие **ЭФИРНЫЕ МАСЛА** подходят для решения разных проблем с волосами. □□

**СПОСОБЫ ПРИМЕНЕНИЯ:**

Жирные волосы: апельсин, аир, береза, бергамот, бэй, герань, грейпфрут, кипарис, лиметт, лимон, мелисса, можжевельник, розмарин, ромашка, чабрец, чайное дерево.

Сухие, тонкие, секущиеся волосы: аир, бэй, герань, иланг-иланг, лаванда, ладан, ромашка, сандал.

Выпадение волос: береза, бэй, герань, грейпфрут, иланг-иланг, каяпут, кедр, лимон, нероли, розмарин, ромашка, сандал, сосна, чабрец, шалфей.

Перхоть: аир, апельсин, береза, кедр, лаванда, ладан, нероли, ромашка, сосна, фенхель, эвкалипт.

Добавляйте какое-то из этих масел по 2-3 капли на 15 мл базы-шампуня или в маски для волос при выпадении волос. Курс применения 14- 21 день.

ВАЖНО: эфирные масла можно добавлять только в полностью натуральные средства, без всяких Methyl- Propyl- Butyl- и Ethyl- paraben и т.д

Аромарасчесывание: Капнуть каплю на деревянный гребень или натуральную щетку и расчесывать волосы по всей длине и делая легкий массаж головы.

Добавление в маски.

Приведу тут несколько рецептов для укрепления волос.   **МАСКА ДЛЯ ОСЛАБЛЕННЫХ ВОЛОС**

- базилик - 1 капля
- черный перец - 1 капля
- иланг-иланг - 2 капли
- розмарин - 1 капля
- Основа маски: мякоть авокадо, желток.

**РЕЦЕПТ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЖИРНЫХ И НОРМАЛЬНЫХ ВОЛОС**

- Основа: жожоба - 10 мл, виноградная косточка - 20 мл.
- Эфирные масла:
- розмарин - 2 капли
- аир - 2 капли
- бэй - 1 капля

Добавить эм в основу и втереть в корни волос. Надеть полиэтиленовую шапочку и оставить на час.   **РЕЦЕПТ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ СУХИХ И ЛОМКИХ ВОЛОС**

**РЕЦЕПТ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ СУХИХ И ЛОМКИХ ВОЛОС**

- Основа: жожоба -10 мл, авокадо - 10 мл, макадамия - 10 мл.
- Эфирные масла:
- розмарин - 2 капли
- аир - 2 капли
- бэй - 1 капля
- ромашка - 1 капля
- иланг-иланг - 2 капли

Для масок все эфирные масла смешиваются с базой, наносятся на кожу головы и потом смываются теплой водой мягкими, желательными натуральными шампунями.

Ну и самое важное – **ПРАВИЛЬНО** выбрать эфирное масло.

Напомню, что настоящее эфирное масло – это продукт, полученный из большого объёма натурального растительного сырья, оно не может быть дешёвым. За натуральными маслами точно не стоит идти в аптеку, магазин "для бани", индийскую или тайскую лавочку – там их нет. То, что обычно продается там под видом эфирных масел – синтетические ароматизаторы, которые в лучшем случае не добавляют здоровья. Синтетические ароматизаторы могут вызвать приступы кашля, астматические приступы, раздражение кожи и повысить общую токсическую нагрузку. Вместо пользы можно получить дополнительную работу печени и почкам по выведению токсинов.

**Будьте внимательны, выбирайте для своего здоровья и красоты безопасную косметику!**

Если нет времени долго искать, и выбирать хороших производителей, то можно сразу же обратиться в [АромаМастерскую YA-GA](#).

Здесь **всегда в наличии** натуральные эфирные масла фармакопейного качества и готовые **натуральные уходовые средства**: шампуни, бальзамы, масла, сыворотки. АромаМастерская создает уникальные гидролаты и природную косметику без химических консервантов и добавок, подходящую для самых чувствительных и взыскательных. Гидролаты от YA-GA АромаМастерская уникальны, их можно применять внутрь - это **первые в России гидролаты с пищевым сертификатом**.

Консультанты АромаМастерской **помогут с выбором**, расскажут про безопасные дозировки, самые эффективные способы использования, **угостят вкусными и полезными гидролатами**.

Будем рады видеть Вас по адресу: ул. Чернышевского, 2А, корп.1 </p><p> Телефоны: [8-963-459-4340](tel:8-963-459-4340), [8-963-058-80-00](tel:8-963-058-80-00)

<https://www.ya-ga.ru/>

<https://vk.com/yaga.aroma>

<https://www.detkityumen.ru/products/beauty/679/>

**Черпайте красоту и здоровье из живого источника!**

Адрес на сайте «Детки!» [detkityumen.ru/biblio/category144/category145/5344/](http://detkityumen.ru/biblio/category144/category145/5344/)