

Domowe sposoby na porost włosów

15 czerwca 2018

W jaki sposób wzmocnić i odżywić cebulki włosowe, tak by przyspieszyć ich wzrost? W tym celu warto wykorzystać dobroczynne właściwości ziół na porost włosów. Ziołowe ekstrakty z ziół na porost włosów, zawarte w odżywkach do włosów, tabletkach, szamponach, płukankach, wzmacniają włosy chroniąc je przed szkodliwym działaniem czynników zewnętrznych i mechanicznych, a także zapobiegają nadmiernemu ich wypadaniu. Zarówno nasze włosy, paznokcie oraz stan skóry są odzwierciedleniem zdrowia całego organizmu. Chcąc, więc przyspieszyć porost naszych włosów, musimy wzmocnić organizm od wewnątrz. W tym pomogą nam zioła na porost włosów, które odżywiają cebulki włosowe oraz wzmocnią strukturę włókna włosowego w niezbędne mikroelementy.



JAKIE PIĆ ZIOŁA NA SZYBSZY POROST WŁOSÓW?

Napary ziołowe sporządzane z ziół na porost włosów mogą być pite w formie mieszanin. Do ich sporządzenia możemy wykorzystać takie zioła na porost włosów jak pokrzywa zwyczajna, skrzyp polny, rozmaryn lub sok z brzozy.

Skrzyp polny może być stosowany w formie naparów, odwarów i maceratów. Zioło na porost włosów wzmacnia naczynia krwionośne i zapobiega ich pękaniu. Poprawia stan włosów oraz paznokci. Zioło na porost włosów wpływa również korzystnie na opóźnienie procesów starzenia. Zioło na porost włosów w postaci skrzypu polnego można pić lub przyjmować w postaci tabletek, a także wykorzystać jako napary do zewnętrznego mycia włosów z łupieżem, osłabionych i wypadających.

Pokrzywa zwyczajna to zioło na porost włosów, którego liście i korzenie pobudzają krążenie. Świeże pędy zioła na porost włosów, zbierane wiosną są doskonałym środkiem wzmacniającym cebulki włosowe. Zewnętrznie zioło na porost włosów w postaci pokrzywy może być wykorzystywane do leczenia łupieżu, a także pielęgnacji przetłuszczającej się skóry głowy. Płukanki z zioła na porost włosów, jakim jest pokrzywa zwyczajna, mogą być używane przy nadmiernym wypadaniu włosów i łysieniu.

Sok z brzozy to prawdziwy zbiór dobroczynnych minerałów oraz witamin. W jego składzie znajdziemy liczne garbniki, aminokwasy, sole mineralne, a także liczne pokłady miedzi, żelaza, fosforu, magnezu oraz wapnia.

Zioło na porost włosów, zawiera także wiele witaminy C. Zioło na porost włosów w postaci soku z brzozy wzmacnia włosy, zapobiega ich wypadaniu oraz przyspiesza ich porost. Sok z brzozy możemy wcierać w skórę głowy lub płukać nim włosy. Po zabiegu sok z brzozy nie spłukujemy lecz pozostawiamy do wyschnięcia. Jest to tak zwana odżywka bez spłukiwania, po zastosowaniu której włosy stają się błyszczące, puszyste i nieobciążone.

ZIOŁA NA WZMOCNIENIE CEBULEK WŁOSÓW

Już w starożytności na porost włosów zalecano skuteczne działanie soku z cebuli lub czarnej rzepy. Sok możemy uzyskać po rozmiżdżeniu miąższu cebuli lub czarnej rzepy blenderem. Tak przygotowaną wilgotną papkę nakładamy na włosy,

pozostawiając ją na okres co najmniej 30 minut. Sok należy wcierać w skórę głowy. Jedynym minusem mikstury jest mocny i intensywny zapach, który może powodować nieprzyjemne łązawienie. Jednak już po pierwszym zastosowaniu wyraźnie zauważa się poprawę kondycji włosów.

Popularnym ziołem na porost włosów jest rozmaryn lekarski, który stosowany w formie toniku, naparu lub olejku, wcieranego w skórę głowy zwiększa miejscowo przepływ krwi i jej ukrwienie. Rozmaryn lekarski to zioło na porost włosów, które jest powszechnie używany do masażu skóry głowy w celach pobudzających wzrost włosów. Napar jest wykorzystywany także do płukania włosów w przypadku łupieżu.

Słaby wzrost włosów wzmocni również zioło na porost włosów jakim jest aloes. Sok z miksowanych liści aloesu, wtarty w skórę głowy sprawi, iż włosy nie będą wypadać, szybciej urosną i zyskają naturalny połysk.

Bambus to często spotykane zioło na porost włosów, które wchodzi w skład szamponów oraz dostępnych na rynku odżywek do włosów. Ekstrakt z bambusa to najbogatsze, naturalne źródło krzemu. Zioło na porost włosów jest skuteczną pomocą dla słabych albo cienkich włosów. Krzem bierze udział w budowie kreatyny, podstawowego składnika włosów i paznokci, odpowiedzialnego za ich strukturę. Niejednokrotnie dla prawidłowego wzrostu włosów niezbędna jest dodatkowa suplementacja tym pierwiastkiem. Preparaty z wyciągiem bambusa działają wewnątrz włosów, wzmacniając je, odbudowując oraz przyspieszając ich wzrost.

Skuteczne działanie na porost włosów ma także wcierany w skórę głowy olej rycynowy. Zioło na porost włosów w postaci oleju rycynowego uzyskuje się z nasion rącznika pospolitego. Jest to olej roślinny, który ma wszechstronne zastosowanie przeciwzapalne i przeciwbakteryjne. Jego cenne właściwości można wykorzystać w pielęgnacji włosów, rzęs oraz brwi. Podobnie jak rozmaryn, olej rycynowy pobudza krążenie krwi, co

ma wpływ na porost włosów. Zioło na porost włosów w formie oleju rycynowego stymuluje wytwarzanie kolagenu oraz elastyny. Jest środkiem nawilżającym, a także likwidującym zmarszczki mimiczne.

DOMOWE SPOSOBY NA POROST WŁOSÓW

Domowe sposoby na porost włosów działają, tylko wtedy, gdy wykonujemy je regularnie. Istotne znaczenie na porost włosów ma także nasza dieta, która powinna być obfita w białko, będące głównym budulcem keratyny. Na porost włosów możemy wykorzystać płukanki stosowane po umyciu włosów. Płukanki lub wcierki mogą być sporządzone z soku ze startego na tarce surowego ziemniaka, octu jabłkowego, naparu z zaparzonej herbaty zielonej. Stymulują one wzrost włosów i zmniejszają ich wypadanie.

Korzystnie na porost włosów działają także maski domowej roboty przygotowane z białka kurzego połączonego z łyżką oliwy z oliwek lub olejem kokosowym. Maskę poddajemy działaniu na włosach przez 20 minut, po czym należy ją zmyć i ponownie umyć włosy szamponem. Białko kurze możemy także zastąpić zmiażdżonym czosnkiem wymieszanym z powyższym olejem. Tak przygotowane maski działają pobudzająco i regenerująco na cebulki włosowe.

Zdjęcie: [RyanMcGuire](#) (CC0)

Źródło: [Ziola-Na.net](#)