

RADY - PORADY

Domácí lékárna na vlasy



ZNOJMO (Alena Soukupová). Pokud nás trápí malý zdravotní problém, většinou sáhneme do domácí lékárničky. Když ale nastanou potíže s vlasy a vlasovou pokožkou, mnoho z nás podlehne reklamě. Necháme se jí naprosto pohltnout. A tak s úmyslem mít krásné a zdravé vlasy kupujeme produkty, o kterých toho moc nevíme. Obsahují opravdu účinné látky? Jsou to pravé ořechové pro naše vlasy? Doporučit zákazníkovi správnou vlasovou kosmetiku je velmi obtížné. Trh je doslova přesycen a v boji s konkurencí se firmy předhánějí regeneračními kúrami, balzámy, olejičky a dalšími podpůrnými prostředky.

Pojďme se na to podívat z poněkud jiného úhlu. Týkat se bude gastronomie. Kuchyně je totiž zdrojem nepřeberného množství surovin, které nemusíme užívat pouze ke konzumaci.

Nejčastějším a nejvíce konzultovaným problémem je padání vlasů. Do velké míry za ně může genetika. Jak si můžeme v tomto případě pomoci? Surovinou, která se nepoužívá jen jako základ do omáček. Jedná se o červenou cibuli, přesněji o její šťávu. Podporuje cirkulaci krve v pokožce hlavy a zlepšuje výživu vlasového kořínku. Dále nesmíme zapomenout na pivovarské kvasnice. Jsou zdrojem vitamínu B, který je důležitý pro zdravé vlasy, pleť a nehty. Věděli jste, že takový citron je ideální pro velmi mastné vlasy s lupy? Olivový olej zase působí proti třepení konečků. Nezbytné je také poskytnout vlasům kvalitní regeneraci. V tom nám pomůže tvaroh, bílý jogurt, majonéza, banán a vaječné žloutky. Na své si přijdou i milovníci kávy. Mohou si z ní vyrobit kávovou masku pro suché a lámavé vlasy.

Pointa tohoto článku spočívá v zamýšlení nad tím, zda zajít do obchodu s kosmetikou a koupit si šampon či jiný vlasový přípravek za hříšné peníze jen proto, že na obalu je modelka s krásně upravenými vlasy. Není přece jenom lepší věnovat svým vlasům více času a podpořit touto cestou osvědčené recepty našich babiček?



20/2016

Pondělí 16. května

15 Kč

15 týdnů

www.znoj-tyden.cz



**Aktuální fotbalové
zpravodajství a tabulky
na stranách 14, 15 a 16**

