

سر الحصول على شعر لا يتساقط وكثيف ولامع

تكثر مستحضرات العناية بالشعر والوصفات والأقنعة الطبيعية وتتعدد واليوم نقدم لك السر وراء الحصول على شعر صحي وكثيف، وصفة طبيعية تمنع تساقط الشعر وتساعدك على الحصول على شعر لامع وحيوي.

تحتوي البطاطا على C و B والحديد والزنك والنياسين، عناصر غذائية تعزز نمو الشعر، تغذي بصيلات الشعر، تنظف فروة الرأس، تضيء للمعان، تفتح المسامات، تقضي على القشرة وتنعم الشعر. لذلك تعد البطاطا عنصر مهم جداً للقضاء على مشاكل الشعر وعلاجه ولزيادة مفعول هذا الخضار يمكنك مزجه مع حليب او زيت جوز الهند للحصول على قناع مثالي للشعر.

يعد حليب جوز الهند عنصر غني بحمض الفوليك والفيتامين E، فهو يرطب الشعر ويعزز الدورة الدموية ويزيد كثافة الخصلات.

قناع البطاطا مع حليب جوز الهند: لتحضير هذا القناع عليك طحن حبتين من البطاطا ثم إضافة 2 ملعقة كبيرة حليب جوز الهند و 5 ملاعق لبن زبادي و 2 ملعقة عصير الليمون ومزج المكونات جيداً ثم تطبيق الخليط من فروة الرأس حتى الجذور وتركه لحوالي 45 دقيقة ثم غسل الشعر جيداً. تكرر هذه العملية مرتين في الأسبوع.

خلطة البطاطا مع زيت جوز الهند: عليك طحن حبة من البطاطا وحبة من البصل في وعائين مختلفين ومن بعدها يجب خلط ملعقة كبيرة من كل من مزيج البطاطا والبصل و جيل الألوفيرا وزيت جوز الهند ومن بعدها عليك تطبيق الخلطة على الشعر من الجذور حتى الأطراف وتركها لحوالي ساعتين ثم غسل الشعر بالشامبو والماء كالمعتاد. تكرر هذه الخلطة مرتين الى ثلاثة في الأسبوع.