

Tipps für die Umstellung auf Naturprodukte

Verwenden Sie ein mildes Shampoo mit einem Zuckertensid (coco-glukoside) oder reine Lava Erde. Vermeiden Sie Produkte mit Laureth – Sulfaten !! Diese trocknen die Kopfhaut zu stark aus und macht die Haut durchlässiger.

Verwenden Sie keine Produkte mit PEG : diese Stoffe sind in unserer Umwelt nicht mehr abbaubar. Lassen Sie alle Produkte weg die Silikone (dimethicone) oder Glycerin enthalten. Diese Stoffe lagern sich auf der Kopfhaut und auf dem Haar ab.

Die Umstellung auf Natürliche Produkte kann einige Wochen oder Monate dauern.

Ich empfehle die Produkte von der Firma Sanoll. Gerne können Sie diese bei mir beziehen oder unter www.sanoll.at einen Fachhändler aus ihrer Region suchen.

Oder Produkte der Firma Hesse Naturkosmetik aus Oberbayern.

Lava Erde: Anwendung zum Haare waschen: Pulver mit Wasser zu einem Brei verrühren, nach Belieben Öl oder Tee, oder Aloe Vera beimischen. Auf die nassen Haare (vor allem auf die Kopfhaut) auftragen und einige Minuten einwirken lassen. Danach gründlich ausspülen.

ACHTUNG: nicht bei chem. gefärbtem oder mit Pflanzenfarben gefärbtem Haar anwenden!!

Kokosölanwendungen: Kokosöl als Make-up Entferner: entfernen Sie schonend Make-up und Wimperntusche, es ist zusätzlich ein natürlicher Feuchtigkeitsspender und trocknet so ihre Haut nicht aus. Schuppen: massiere 2-3 TI Öl gut in die die Kopfhaut ein und lasse es über Nacht einwirken.

Danach gründlich ausspülen. Unbedingt auch geeignetes Shampoo dazu benutzen

Haarkur: Massiere 2 -3 TI in die Haare ein und überziehe die Haare mit einer Plastikhaube und lasse die Packung über Nacht einziehen. Am nächsten Morgen gründlich ausspülen und wie gewohnt waschen.

Trockene Spitzen: wenig Öl ins trockene Haar geben, sehr sparsam verwenden, sonst sehen die Haare fettig aus

Apfelessig: ¼ Essig und ¾ Wasser mischen und als Spülung über die Kopfhaut und Haare giessen.

NICHT AUSWASCHEN ! schnelle Pflege zum durchkämmen.

Pur auf einem Wattebausch geben und juckende Stellen auf der Kopfhaut betupfen

Haare sind trocken:

Täglich Haare bürsten um die Schuppenschicht zu schliessen

Joghurt Molke Shampoo von Sanoll verwenden. 1:10 verdünnen. Die leichte Säure der Molke schliesst das Haar. Haarspitzentagescreme von Sanoll auf die Spitzen geben und die Haare ca. 5 min lang bürsten. Kämmespray von OLIEBE verwenden

Aloe Vera einsprühen.

Kopfhaut ist trocken:

Tägliches Haare bürsten

Hanfshampoo oder Lava Erde von Sanoll verwenden

Essigspülungen machen

Kopfhaut ist fettig:

Tägliches Haare bürsten um die Ausscheidung der Kopfhaut anzuregen bis sich die Fettproduktion langsam verringert.

Brennessel Molke Shampoo von Sanoll verwenden oder mit Lava oder Heilerde waschen

Bei starker Fettbildung 7.7 Shampoo verdünnt verwenden

Rosmarin oder Minze Tee als Spülung verwenden.

Nicht jeden Tag die Haare waschen

Tipps für die Umstellung auf Naturprodukte

Kopfhaut juckt und schuppt:

Immer zuerst prüfen ob Produkteablagerungen vorliegen

Täglich Haare bürsten als Peeling

Haarbürste danach immer reinigen!!

Sanoll 7.7 Shampoo verwenden

Apfelessig oder Brennnessel Tee Spülungen

Entsäuerung von Innen / Basische Fussbäder

Salzspülungen für die Kopfhaut: Himalaya Salz Sole in Verdünnerfläschli füllen und nach dem Haare waschen auf die Kopfhaut auftragen und nicht ausspülen.

ev Darmsanierung machen

Empfohlene Bücher:

Alles klar mit Haut und Haar von Susanne Kehrbusch

Haarsprechstunde von Michael Rogall

Mein Haar – mein echtes Ich von Martin Burri

Herzensgrüsse

Nicole Högger

Naturcoiffeur HaAroma

Oberdorfstrasse 1

8505 Dettighofen

www.haaroma.ch