***Маски для волос.***

***Для нормальных волос***

* кефир 200-300 мл.
* горчичный порошок-1 ч.л.ложка
* 2 яйца
* 1 ч.л. мёда

***Для жирных волос.***

* 3 столовые ложки порошка горчицы залить теплой водой до консистенции сметаны.
* яичный желток,
* 2 столовые ложки кислого молока или кефира.

***Для нормальных и сухих волос***

* 1 ст.ложки толокна (смолотой овсянки)
* 1 яичный желток
* 1 ч.ложка меда.

Берем толокно, запариваем кипятком, добавляем желток и мед.

**Для сухих волос**

* 1 желток,
* 1 ст. ложка меда,
* 1 ч. ложка виноградного уксуса, 3-5 капель эфирного масла (какое нравится).

***Фитокосметика.***

- Компресс из кислого молока (кефира, простокваши) **подкормит и укрепит волосы, улучшит их внешний вид.**

-Компресс из смеси меда, репейного масла и сока луковицы (по чайной ложке**) вернет волосам блеск и шелковистость.**

- Крепкий чай - отличное средство **для укрепления волос**. Лучше это сделать перед сном.

- Настой крапивы, ромашки, липового цвета - прекрасные ополаскиватели, **придающие волосам особое сияние и приятный оттенок.**

- Корень лопуха - для жирных, **страдающих от перхоти волос.** Волосы вымыть, потом ополоснуть лопуховым отваром.

Береза - **для сухих, тонких, слабых волос.** Волосы следует полоскать в воде, в которой запаривали веник.

Крапива - **для редких, ослабленных, выпадающих волос**. Ополаскивать 2 - 3 раза в неделю.

**При перхоти:** кожуру из 4 лимонов поварить 15 мин в литре воды, затем раз в неделю ополаскивать этим товаром.

**ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ**

**“Будьте умными, если можете,  
будьте добрыми, если хотите,  
но красивыми вы быть обязаны”**

***Определение типа волос.***

Волосы бывают нормального типа, жирные, сухие и смешанного типа. Если Ваши волосы имеют живой вид, переливаются на солнце, легко укладываются и расчёсываются, почти не секутся, и имеют свойство сохранять эти качества несколько дней после мытья головы, то Вас можно поздравить - у Вас здоровые волосы, **нормального типа**, что при экологических условиях и стрессах мегаполисов, к сожалению, встречается редко.

**Жирные волосы** спустя небольшое время после мытья начинают казаться грязными, неопрятными, начинают слипаться и приобретают характерный тусклый блеск, а иногда и запах.

**Сухие волосы** трудно расчёсываются, путаются, легко рвутся, секутся на концах. Они почти не отражают свет, отчего кажутся тусклыми, лишёнными природного блеска. Нередко это результат неправильного ухода.

К волосам **смешанного типа** относятся, как правило, длинные волосы - жирные у корней и сухие на концах, из-за недостаточного смазывания жиром по всей длине. Концы таких волос часто секутся.