

## **Медовые шампуни**

30 г аптечной ромашки залить 100 г крутого кипятка и настоять в течение 1 часа. Затем процедить, в отжатое содержимое добавить 1 десертную ложку меда. Предварительно вымытые и слегка вытертые полотенцем волосы обильно смочить этим раствором. Через 30-40 мин промыть теплой водой без мыла.

Если волосы очень сухие, такую процедуру можно делать не чаще 1 раза в 10—12 дней, а при жирных — 1 раз в 6-7 дней.

Медовый шампунь для смягчения волос: приготовьте настой ромашки (2 ст. ложки на 1 стакан кипятка, настаивайте 1 час, укутав посуду, процедите), добавьте 1 ст. ложку меда и размешайте. Вымытые и слегка просушенные волосы смочите этим раствором. Через полчаса промойте волосы теплой водой без мыла.

Сухие волосы обрабатывайте этим составом не чаще одного раза в 2 недели, жирные — один раз в неделю.

---

Литература: Гребенников Е.А. Все о меде. - Мн.: Книжный дом, 2005. <http://www.interpres.ru/>  
Интерпрессервис

© Гришин Михаил, 2014 г., [mail@grishinmv.ru](mailto:mail@grishinmv.ru), <http://www.medoviy.ru>