

## พักผ่อน.....สูตรสบายอารมณ์:

นำเสนอเมื่อ : 22 พ.ค. 2552

Hair



## เคล็ดลับบำรุงผม: Daily Beauty Care

### บำรุงผม

แคะการสระ บำรุงผมแล้วจัดทรงง่าย ๆ อาจฟังดูไม่เพียงพอเสียแล้ว ในเมื่อเส้นผมต้องเจออะเจอบกมลภาวะรอบตาดันไหนเลยจะตัด ทำสี ที่ทำให้ผมแห้งเสียง่าย แต่พอใช้ครีมหมักผมมาซ่อมบำรุง ผมก็เหมือนยิ่งสะสมเคมี... อย่างนี้ต้องหาวิธีแก้ไขซะแล้ว



### พักผมเสียก่อน

ผมที่เจออะไรมาเยอะๆ เช่นผมที่ทาสีบ่อยๆ หรือยัดผมให้ตรงอยู่ตลอดเวลา ที่ทำให้ผมแห้งเสียนั้น สามารถทำให้ดีดั่งเดิมยากมาก รุ่ยแบบนี้แล้วลองหาเวลาพักการช่างงานผม เหลืองเพียงการสระและการบำรุงเท่านั้น

นอกจากนี้ ลองใช้เวลาช่วงนี้กลับมาใช้ผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติดูสิ เพื่อที่ว่าผมจะได้รับสิ่งที่ร่างกายไม่ต่อต้าน และยังให้การบำรุงและฟื้นฟูอย่างเต็มที่ เพราะธรรมชาติจะทำให้ผมแข็งแรงไม่สะสมเคมี ทางไกลจากเรื่องกังวลอย่างรังแค หนังศีรษะแห้งหรือมัน หรือเส้นผมที่แตกปลาย

ของดีที่ควรใช้ระหว่างการพักผมนี้ มีตั้งแต่น้ำมันมะพร้าว ไข่แดง หรือผลมะกรูดที่คนไทยเรากินเคยเป็นอย่างดี วิธีก็แสนง่าย แค่นำของดีเหล่านี้มาหมักผมก่อนสระ เท่านั้นเราก็ได้ล้างคราบที่เกาะตามหนังศีรษะหรือเส้นผมให้ออกไป และยังได้บำรุงไปถึงแกนผมอีกด้วย

### คุณค่าธรรมชาติ

คุณค่าจากธรรมชาตินี้แหละ ที่ทำให้สาว ๆ โบราณมีเส้นผมดกดำ แข็งแรง และนุ่มสลวยไปจนถึงวัยไหนๆ

อย่างที่คนโบราณนิยมเอาผลมะกรูดมาขูดฝอย (หรือใช้สดๆ หรือนำไปต้ม)

แล้วนำน้ำมันมะกรูดและจากเปลือก มานวดยี้เส้นผมก่อนล้างออก

เพื่อให้เส้นผมและหนังศีรษะสะอาด หอมสดชื่น

ที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะในผิวมะกรูดมีน้ำมันหอมระเหย

ที่มีเอ็นไซม์และมีกรดซัลฟิวริกที่สามารถกำจัดแบคทีเรีย จุลินทรีย์ และเชื้อราได้

มีนาละ คนที่มีรังแคหรือผมร่วงจึงใช้ผลมะกรูดแล้วได้ผลดีด้วย

(ผิวมะกรูดมีน้ำมันหอมระเหย 4 เปอร์เซ็นต์ และในใบมีน้ำมันหอมระเหย 0.08 เปอร์เซ็นต์)

ผมที่เก็บสารเคมีไว้บนหนังศีรษะมากๆ

ลองนำผิวมะกรูดมาถูเฉพาะที่หนังศีรษะให้ทั่ว แล้วนวดวนให้เลือดลมไหลเวียน และทิ้งไว้สักครู่

ผิวมะกรูดจะทำความสะอาดหนังศีรษะเหมือนกับการดีท็อกซ์สารพิษออกไป

จากนั้นคอยล้างออก

ที่นี้พอบำรุงครั้งต่อไปผมจะรู้สึกเหมือนได้บำรุงอย่างเต็มที่จริงๆ

สูตรสบายอารมณ์: อยากให้เส้นผมรู้สึกสบายอารมณ์ใหม่ ง่ายๆ

แค่สระผมสบายอารมณ์ คัฟเฟอร์ โลม แอนด ไทย เกรฟฟรุต แชมพู

ล้างออกแล้วตามด้วยการบำรุงจาก สบายอารมณ์ คัฟเฟอร์ โลม แอนด ไทย

เกรฟฟรุต คอนดิชันเนอร์ แล้วผมนุ่มสลวยกว่าวันไหนๆ

มั่นใจได้ถึงความเป็นธรรมชาติ และยังได้กลิ่นหอม สบายใจ