

DIT LILLE HJEMMESPA

Vinterblødt hår

En enkel oliebehandling til tørre længder og spidser. En lille decemberpause før hårvask.

1 BEHANDLING | 20 MINUTTER + HÅRVASK

AI-genereret stemningsbillede

DIT LILLE DECEMBERRITUAL

En blød pause til håret

Det skal du bruge

Ren kokosolie uden parfume: begynd med en mængde på størrelse med en lille ært. Brug lidt mindre til fint hår og øg kun lidt ad gangen til langt, kraftigt hår.

Find din shampoo, balsam og et blødt håndklæde frem. Der skal ikke blandes en stor portion.

1. Begynd i tørt hår

Red forsigtigt eventuelle knuder ud. Læg olien i en lille skål, og stil den i lunt vand, til olien er flydende. Rør rundt, og mærk efter på indersiden af håndleddet: Den skal kun være håndvarm, aldrig varm.

2. Fordel i spidserne

Stryg olien ud fra midten af håret mod spidserne. Hold den væk fra hovedbunden og ansigtet. Håret skal kun have et let lag.

3. Giv det 20 minutter

Lad håret hvile, mens du drikker en kop te eller nyder en stille stund. Mere olie er ikke nødvendigvis bedre.

4. Vask og afslut

Vask med din sædvanlige shampoo, og skyl grundigt med lunkent vand. Vask igen, hvis håret stadig føles fedtet. Afslut med balsam i længderne efter produktets anvisning. Dup håret tørt.

Hvorfor kokosolie?

Kokosolie kan trænge ind i hårstrået og mindske tab af protein ved vask og håndtering. Derfor er den valgt til at pleje tørre længder og spidser.

Tilpas til dit hår Fint hår kan blive tynget af olie. Prøv derfor først på en lille tot. Spring behandlingen over ved kokosallergi, irriteret hovedbund eller tendens til skæl. Skyl af ved ubehag.

Metoden er tilpasset Cleveland Clinics vejledning om hårolie. Læs vejledningen. Om kokosolie: Rele & Mohile, 2003.