

Schönheit ist



natürlich



Für eine gesunde Kopfhaut

Traubenkernöl ist noch besser als das Olivenöl! Verschließen Sie das Glas gut und lassen Sie es an einem warmen Platz im Haus drei Wochen reifen. Schütteln Sie die Mischung täglich. Seihen Sie dann das Öl ab und bewahren Sie es in einer dunklen Flasche auf.

Anwendung Massieren Sie das Öl vor jeder Haarwäsche in die Kopfhaut und die Haarspitzen ein. Setzen Sie sich eine Plastikhaube auf den Kopf und lassen sie das Öl einziehen, je länger, desto besser. Waschen Sie sich anschließend die Haare.

Klettenwurzel-Tinktur gegen schuppige Kopfhautflechten

10 g Klettenwurzel

100 g Alkohol (70%)

Geben Sie die getrockneten Klettenwurzeln in ein Glas mit breiter Öffnung und übergießen Sie sie mit dem Alkohol. Lassen Sie das Glas vier Wochen an der Sonne oder an einem warmen Platz im Haus stehen. Seihen Sie anschließend die Tinktur ab und bewahren Sie diese in einer dunklen Flasche auf.

Anwendung Betupfen Sie die betroffenen Stellen der Kopfhaut mehrmals täglich mit einem Wattestäbchen, das mit der Tinktur getränkt wurde.

Klettenwurzel-Kopfwasser

40 g Klettenwurzel-Tinktur

20 g Brennnesseltinktur

40 g Hamameliswasser

3 Tropfen Rosmarinöl

Vermischen Sie die Tinkturen und lösen Sie das Rosmarinöl darin auf. Gießen Sie das Hamameliswasser auf und füllen Sie die Mischung in eine dunkle Flasche. Einmal kräftig schütteln.

Anwendung Bei Schuppen, entzündlicher und fetter Kopfhaut empfiehlt sich eine tägliche Anwendung. Scheiteln Sie das Haar und massieren Sie das Kopfwasser tropfenweise in die Kopfhaut ein. Es wirkt übermäßigen Talgabsonderungen entgegen.

Klettenwurzel-Gesichtsmaske

2 EL Heilerde

1 EL Klettenwurzelöl

Erwärmen Sie das Klettenwurzelöl im Wasserbad. Rühren Sie anschließend die Heilerde ein, sodass ein zäher Brei entsteht. Fügen Sie dann langsam nach und nach heißes Wasser hinzu, bis die Mischung gut streichfähig ist.

Anwendung Tragen Sie die warme Maske mit einem breiten Pinsel auf das gereinigte Gesicht auf. Lassen Sie die Maske 30 Minuten einwirken. Waschen Sie danach das Gesicht mit reichlich warmen Wasser ab. Die Maske wirkt entzündungshemmend, reinigend und heilend auf die Haut.

Als Bestandteil magenstärkender, blutreinigender, harn- und schweißtreibender Teemischungen findet die Klettenwurzel vielfache Verwendung, genauso wie bei Leber- und Gallenleiden. Die Wurzeln der Klette werden im Frühling bis Anfang Mai des zweiten Wachstumsjahrs der Pflanze ausgegraben und dann getrocknet (klein gehackt, im Backofen, bei 50 °C). Nun sind sie einsatzbereit.

Klettenwurzelöl für Kopfhaut und spröde Haarspitzen

15 g Klettenwurzel

100 g Olivenöl oder Traubenkernöl

Füllen Sie die Klettenwurzelteilchen in ein dunkles Apothekerglas mit breiter Öffnung und gießen Sie das Öl darüber. Das dickflüssige



Viele weitere Rezepte finden Sie in:

Stephanie Faber,
Kräuter-Kosmetik,
200 Kosmetikrezepte mit Heilkräutern,
hausgemacht, Goldmann, München

