**Восстанавливаем волосы подручными средствами**

Наверно, каждая из представительниц прекрасного пола, осветляющая волосы или делающая химическую завивку, рано или поздно сталкивается с проблемой пересушенности, ломкости и потери жизненной силы волос. И вот после очередного посещения салона красоты, где мои волосы были окрашены в прекрасный блонд без желтизны, мне пришлось ознакомиться с вопросом восстановления волос всесторонне, а моя голова превратилась в лабораторию по воскрешению прекрасных локонов. Узнав, что процедуры по восстановлению структуры волос в салоне стоят 1000 – 2000 рублей, и одного сеанса, возможно, будет недостаточно, я решила воспользоваться подручными средствами.

В недрах кухни мною были обнаружены хлеб, кефир, горчичный порошок, оливковое масло, майонез.

Итак, на первом этапе восстановления волос в домашних условиях я делала горчичную маску. Рецепт прост: две столовые ложки горчичного порошка заливаются двумя такими же ложками оливкового масла и двумя же ложками воды. Все это тщательно перемешивается, наносится на кожу головы и волосы, а наверх – пакет и полотенце или шапочка. Продолжительность воздействия – 15 минут, но если сильно щиплет, то время сокращала и смывала. Горчичная маска благотворно воздействует на кожу головы и на саму структуру волоса. Горчица ускоряет регенерацию – волосы быстрее растут, укрепляются корни. Оливковое масло избавляет от тусклости и ломкости. Эту маску я делала через день 10 раз.

Далее у меня был курс майонезных масок для восстановления волос. Конечно, можно самой сделать майонез (например, смешав кефир (1/2 стакана), желток (1 шт.) и любое растительное масло (2 ст. ложки)), подобрав тщательно компоненты для маски, но я поступила проще – использовала майонез «Провансаль». Рекомендуют его наносить на 2 – 3 часа, я же оставляла свою маску для волос на всю ночь. Повторяла я эту маску 5 раз через 2-3 дня. Майонез хорошо питает и увлажняет сухие поврежденные волосы. Эффект уже заметен после первого нанесения: волосы хорошо расчесываются, становятся более гладкими, упругими, сильными.

Для сухих волос также полезна маска из ржаного хлеба, которая вдыхает жизнь в тусклые волосы. Заливаем 200 грамм хлеба крутым кипятком, ждем, когда полученная масса разбухнет и в достаточной мере остынет. Наносим на волосы на 1,5 часа. Смывала только проточной водой без шампуня. Делала я эту маску, так же, как и майонезную 5 раз с интервалом 2-3 дня.

На последнем этапе я использовала кефирную маску для интенсивного восстановления волос. Брала 1/2 стакана кефира с жирностью 3,2 %, наносила на сухие вымытые волосы и оставляла эту маску на ночь, накрыв голову пакетом. Эту процедуру я повторяла через день 5 раз.

Таким образом, за полтора месяца я вернула своим волосам прежний блеск, шелковистость и жизненную силу, хотя с кончиками волос(1,5 см), все же, пришлось, распрощаться. Добавлю, что так же я постоянно ополаскивала волосы водой с добавлением уксуса, отчего они становились более мягкими. И еще: весь этот период я не пользовалась феном, плойкой и утюжком.