



Meduňka/list – mletý

Meduňka je vhodná k péči o mastné vlasy a pokožku hlavy. Má antibakteriální účinky, hojí opary a léčí akné. Tento produkt najdete [ZDE](#).

K přípravě budete potřebovat:

- 1 PL (cca 10 g) bylinek,
- teplou vodu z vodovodu (cca 50 °C).

Postup

1. Bylinky smíchejte s teplou vodou (cca 50 °C) do kašičky (na konzistenci vhodnou k masce). Před aplikací můžete nechat kašičku přibližně 1 hodinu odležet.
2. Před nanesením masky si umyjte vlasy.
3. Naneste na vlhkou vlasovou pokožku jako zábal a nechte působit 30 – 60 minut. Delší doba působení posiluje účinky bylin.
4. Jemně promněte vlasy a bylinky důkladně vypláchněte z vlasů.

Použití

Jedná se o tzv. pečující masku, která dokáže opečovat vlasy a pokožku. Produkt můžete použít společně s bylinami, které mají mycí schopnost. Uděláte si tak vlastní mycí masku. Meduňka má hojivý, zklidňující efekt. Hodí se na problematickou i mastnou pokožku.

Meduňka provoní a zpříjemní každou vaši směs. Přidat ji můžete k ajurvédským bylinkám nebo k žitné mouce. Mleté bylinky se hodí i do kvásku. Nebojte se experimentovat a zkuste vlastní směsi.

INCI

Meduňka lékařská (Melissa officinalis)