



# Proskurník/kořen – řez

Proskurník se hodí na suché vlasy i pokožku. Zklidňuje a dodává úlevu od podráždění i svědění. Oplach z proskurníku usnadňuje rozčesávání a hydratuje. Tento produkt najdete [ZDE](#).

## *K přípravě budete potřebovat:*

- 3 PL (cca 30 – 40 g) proskurníku,
- vodu,
- jablečný ocet či květ ibišku.

## Postup

1. Zalijte 2 – 3 PL kořene proskurníku vodou pokojové teploty a nechte 12 hodin macerovat, případně zalijte bylinky horkou vodou jako čaj. Nechte louhovat minimálně hodinu, raději ale pár hodin, klidně přes noc. Můžete míchat s dalšími bylinkami.
2. Scedte přes cedník či plátýnko, vymačkejte bylinky a výluhem opláchněte vlasy po umytí. Výluh z vlasů doporučujeme už neoplachovat.
3. Další možností je nalít výluh do rozprašovače a nastříkat na vlasovou pokožku i vlasy. Vyzkoušejte sami, co vám dělá nejlépe.

## Použití

Jedná se o tzv. vlasový oplach, který se často nechává ve vlasech jako leave-in. Pečuje o vlasy i vlasovou pokožku. Pokud se k němu přidá 1 až 2 lžice jablečného octa, oplach uzavře vlas. Stejně funguje i přidání ibišku. Sliznaté látky obsažené v proskurníku fungují jako zvláčňující prostředek. Vlasy se tak lépe rozčesávají,

## INCI

Proskurník lékařský/kořen (Radix althaeae)