



Standardrezepte - Haare

- Antischuppen-Shampo
- Shampoo, für trockenes Haar und bei Spliss
- Shampoo, für fettiges Haar
- Kindershampoo

Pflegertipps für schönes Haar

Damit normales Haar glänzend und pflegeleicht bleibt, sollte man bei der Wäsche, beim Föhnen und Frisieren ein paar Punkte beachten.

Tägliche Haarwäsche muss nicht sein; nur bei fettigem Haar ist häufigeres Haare waschen wirklich erforderlich. Auch den zweiten Waschgang kann man sich in aller Regel sparen und so die Kopfhaut schonen. Vor der Wäsche das Haar gründlich bürsten, um Rückstände von Stylingprodukten zu lösen. Eine kleine Menge Shampoo reicht völlig aus - je nach Haarlänge ein kirsch- bis pflaumengroßer Klecks. Die Menge auf die Handflächen geben, ein wenig Wasser dazugeben und schaumig verreiben, dann erst gut im Haar verteilen. Nicht kräftig rubbeln, sondern sanft kneten. Anschließend gründlich ausspülen. Nasse Haare sind sehr empfindlich, deshalb nach der Wäsche nie trocken rubbeln, sondern vorsichtig ausdrücken, leicht frottieren und dann die Haare ins Handtuch einschlagen. Zum Auskämmen und Entwirren der feuchten Haare am besten einen grob zinkigen Kamm mit abgerundeten Spitzen verwenden. An den Haarspitzen beginnen und sich dann "hoch arbeiten". Niemals ziehen oder reißen! Das tut nicht nur weh, sondern schädigt auch die Haare.

Fürs Föhnen gilt: Das Gerät auf eine möglichst niedrige Stufe einstellen. Für mehr Volumen das Haar über Kopf föhnen. Das Trocknen an der Luft schont Ihr Haar allerdings am besten.

Antischuppen-Shampoo

Bestandteile:

- 2 Messl. Pirocton Olamin Anti-Schuppen-Wirkstoff
- 20 g Zetesol HT
- 12 g Rewoderm
- 4 g Sanfteen HT
- 60 g Collagentensid
- 1 Messl. Weizenquat
- 2 Messl. Weizenprotein
- 100 ml Wasser
- 1 Messl. Kalweg
- 1 Messl. Birkenextrakt
- 5 Tropfen Lavendelöl

Herstellung:

Vermischen Sie zuerst Pirocton Olamin mit Zetesol (damit die Mischung nicht klumpt) und verrühren Sie dann alle weiteren Zutaten kalt miteinander.

Sie erhalten ein schonendes und hautfreundliches Shampoo mit einem PH-Wert von ca. 5.

(Alle Shampoos nachfolgender Rezepte ebenso)

Haltbar: 3 Monate

Shampoo, für trockenes Haar und bei Spliss

Bestandteile:

- 80 g Tensidmischung HT (besteht aus Betain HT, Facetensid HT und Sanfteen HT)
- 10 g Rewoderm
- 1 Messl. Fluidlecithin CM
- 1 Messl. Weizenkeimöl
- 2 Messl. Plantessenz HT
- 1 Messl. Vithaar HT
- 1 Messl. Kalweg
- 100 ml Wasser
- 20 Tropfen Biokons HT

Nach Wunsch können Sie zusätzlich noch 10 Tropfen von einem ätherischen Öl ihrer Wahl einarbeiten.

Herstellung:

Alle Bestandteile der Reihe nach kalt miteinander verrühren.

Shampoo, für fettiges Haar

Bestandteile:

- 20 g Zetesol HT
- 40 g Betain HT
- 90 ml Wasser
- 2 Messl. Schachtelhalmextrakt
- 20 Tropfen Salbei
- 1 Messl. Plantessenz HT
- 1 Messl. Kalweg

Herstellung:

Alle Bestandteile der Reihe nach kalt miteinander verrühren.

Kindershampoo

Bestandteile:

- 20 g Betain HT
- 20 g Facetensid HT
- 20 g Glycintensid
- 10 g Rewoderm
- 4 g Sanfteen HT
- 100 ml Wasser
- 1 Messl. Zitronensäure

Herstellung:

Alle Bestandteile der Reihe nach kalt miteinander verrühren. Das Shampoo ist sehr mild und brennt und beißt nicht in den Augen.