

## VYCHYTÁVKA PRO KRÁSU - KOPŘIVOVÁ VODA



### **Kopřivová pleťová voda pomáhá proti akné a také stimuluje růst vlasů.**

Natrhejte si 4 velké hrsti mladých kopřiv, které vložte do 2 l studené vody a 10 minut povařte. Kopřivy nechte louhovat do vychladnutí.

Jako pleťovou vodu můžete tento odvar, uchovaný v lednici, používat 5 dnů. Při péči o vlasy a vlasovou pokožku doporučuji odvar nalít do umyvadla a umyté, ještě vlhké vlasy bez použití kondicionéru několik minut i s vlasovou pokožkou máčet v lázni a lehce masírovat.

Autor: Hana Bednářová [www.doprejsi.cz](http://www.doprejsi.cz)

Foto: iStock

9.5. 2018