



Bříza/list – řez

Bříza čistí a dezinfikuje vlasovou pokožku, navíc podporuje růst vlasů. List břízy obsahuje velké množství blahodárných látek. Je ideální k výrobě vlasového oplachu, mycí směsi i pleťové vody. Tento produkt najdete [ZDE](#):

K přípravě budete potřebovat:

- 3 PL (cca 30 – 40 g) listů břízy,
- vodu,
- můžete přidat jablečný ocet či květ ibišku.

Postup

1. Zalijte 2 – 3 PL listu břízy 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 lžičce jablečného octa, pak oplach uzavře vlas. Stejně funguje i přidání ibišku. Nálev z listů břízy se hodí na problematickou pokožku. Je vhodný nejen na vlasy, ale i na pleť. Má jemné stahující a čistící účinky. Obsahuje saponiny, ale ne tolik, aby nálev umyl vlasy. Podporuje zdravou pokožku a růst nových vlasů.

INCI

Bříza bělokorá/list (Folium betulae)