

## Remèdes et conseils naturels pour une pousse des cheveux plus rapide

Il est indispensable, pour les femmes, que leurs cheveux soient beaux et sains. Mais, le rêve de beaucoup d'entre elles est que leurs cheveux, en plus d'avoir un bel aspect, soient longs et forts. L'idée fautive selon laquelle il est difficile de faire pousser rapidement les cheveux de manière naturelle est très répandue, cela nous pousse à utiliser des produits chimiques puissants et en grande quantité pour atteindre notre objectif (sans même parler des prix de ces produits). Que diriez-vous de connaître quelques conseils pour faire pousser vos cheveux rapidement, et sans payer les tarifs élevés des produits cosmétiques ? Nous allons vous donner quelques astuces simples, qui vous permettront d'avoir des cheveux sains, nourris dès la racine et qui pousseront de manière très rapide.

### L'aloé vera

Cette plante est reconnue pour ses nombreux bienfaits sur notre corps, et est l'un des piliers des soins pour les cheveux car elle aide à les maintenir forts, brillants et sains, tout en favorisant leur pousse. Comment l'utiliser ? Coupez la feuille de l'aloès, extrayez-en le cristal, coupez-le en tranches et laissez-le tremper dans l'eau durant une nuit. Le jour suivant, utilisez l'eau pour vous laver les cheveux. Si vous l'utilisez plusieurs fois par semaine, vous noterez de bons résultats sur vos cheveux.

### L'eau des pommes de terre

#### Quelles-propriétés-contient-l'eau-de-pommes-de-terre-crues

La pomme de terre a une forte teneur en nutriments qui peuvent être bénéfiques pour vos cheveux. Comment utiliser ce remède ? C'est très simple, mettez les épluchures de pommes de terre à bouillir dans une casserole d'eau, laissez reposer le tout jusqu'à ce que l'eau soit tiède, lavez vos cheveux normalement puis utilisez cette eau pour vous rincer. Si vous l'utilisez deux à trois fois par semaine, vous remarquerez des effets positifs à court terme.

### Les blancs d'œuf

Même si beaucoup de personnes pensent que ce traitement n'est pas efficace, il faut savoir que l'œuf est une source de protéines essentielles à notre corps et qu'il contient beaucoup de vitamines qui peuvent être bénéfiques pour nos cheveux, et pour leur pousse, en réalisant un simple masque. Retirez les jaunes de plusieurs œufs puis battez les blancs, appliquez le masque sur vos cheveux, laissez-le agir pendant 30 minutes, et lavez vos cheveux normalement; Vous noterez des résultats immédiats sur vos cheveux si vous l'utilisez deux fois par semaine.

## L'huile d'olive

### Huile-cheveux

La sécheresse est l'un des problèmes de cheveux les plus importants, et il est souvent généré par les produits chimiques, la pollution environnementale et l'utilisation de sèche-cheveux ou de fers à lisser. Si vous souhaitez que vos cheveux soient sains et hydratés, faites un masque à l'huile d'olive puis appliquez une serviette légèrement chaude sur votre tête. Lorsque la serviette a refroidi, retirez-la et laissez poser l'huile jusqu'au lendemain. Ce masque hydrate les cheveux en profondeur et génère une pousse plus saine.

### L'oignon

C'est une plante reconnue pour ses bienfaits sur la santé, et elle offre des résultats étonnants sur les cheveux. Elle agit sur les follicules capillaires du cuir chevelu en provoquant une meilleure circulation sanguine dans cette partie du corps. L'oignon peut s'utiliser de plusieurs manières : en masque pour masser le cuir chevelu en la mélangeant avec du miel, ou ajoutée à votre shampoing habituel que vous utiliserez 3 à 4 fois par semaine. Vos cheveux seront fortifiés et pousseront plus rapidement.

### Le romarin

#### romarin

Cette herbe contient des propriétés stimulantes qui réveillent notre cuir chevelu et font pousser les cheveux. Vous pouvez l'utiliser en infusion pour vous rincer les cheveux dans de l'huile ou du vinaigre. Cette plante apporte des nutriments qui accélèrent la pousse des cheveux en plus de les maintenir sains.

### Conseils supplémentaires

En plus d'appliquer ces remèdes naturels qui vous aideront à stimuler la pousse de vos cheveux, il est important de prendre en compte les conseils suivants pour obtenir de meilleurs résultats.

Brossez vos cheveux deux fois par jour pour stimuler la circulation sanguine dans votre cuir chevelu et améliorer la pousse de vos cheveux.

Ajoutez dans votre régime des aliments riches en protéines, comme le poisson, les œufs et la viande.

N'utilisez pas de cosmétiques pour les cheveux à base de silicone car, s'ils créent l'illusion de cheveux sains, mais ils nuisent à leur hydratation à long terme et bouchent les follicules responsables de la pousse.

Évitez de brosser vos cheveux lorsqu'ils sont humides, car ils sont vulnérables à ce moment et peuvent

plus facilement souffrir de dommages.

Mangez des aliments riches en biotine comme les œufs, le soja ou les graines. Vous pouvez également trouver la biotine en suppléments.