



# REMEDES NATURELS ANTI CHUTE DES CHEVEUX

Certaines huiles essentielles ont des propriétés stimulantes sur le cuir chevelu, favorisant ainsi la repousse. cèdre de l'Atlas, romarin, thym à thymol et ylang-ylang... Pour que ces soins soient efficaces, il faut les pratiquer de manière régulière et suivie. A défaut de stopper la chute des cheveux, ils peuvent aider à la ralentir et rendre les cheveux plus vigoureux.

**!!!Attention: ces formules ne sont pas adaptées aux enfants et aux femmes enceintes ou allaitantes. !!!**

## Remèdes naturels anti-chute de cheveux – Etape n°1 : La friction capillaire

A réaliser si possible la veille au soir du shampoing prévu.

- 5 gouttes d'huile essentielle d'ylang-ylang
- 5 gouttes d'huile essentielle de romarin verbenone
- 5 gouttes d'huile essentielle de baie Saint Thomas
- le tout dilué dans 20 ml d'un mélange d'huile d'amande douce et d'huile de germe de blé.

Appliquer sur le cuir chevelu et procéder à un massage afin de stimuler la microcirculation. Laisser poser toute la nuit et procéder à un shampoing le lendemain matin.

## Remèdes naturels anti-chute de cheveux – Etape n°2 : Le Shampoing stimulant

Ajouter au choix : 2 gouttes d'huile essentielle de baie St Thomas, d'ylang ylang ou de cèdre Atlas dans ta dose de shampoing habituel (doux de préférence !).

Masser longuement le cuir chevelu avec le bout de vos doigts puis laisser agir quelques minutes avant de rincer.

## Remèdes naturels anti-chute de cheveux – Etape n°3 : Le masque anti-chute

Une fois par semaine, chouchouter les cheveux avec le masque anti-chute avant shampoing :

- la chair d'1/2 avocat bien mûr
- 1 cuillère à café de miel bio liquide
- 1 cuillère à soupe d'huile d'amande douce
- 2 gouttes d'huile essentielle de romarin à verbenone

Appliquer sur le cuir chevelu en massant légèrement et laisser agir 1 heure avant de procéder au shampoing.

## Remède naturel chute de cheveux – Etape n°4 : L'eau de rinçage

- Dans un litre d'eau tiède
- 4 cuillères à soupe de [vinaigre de cidre](#)
- 2 cuillères à soupe de miel bio liquide
- le jus d'un demi citron

Sources / <https://www.nana-tuopathe.com/remedes-naturels-anti-chute-de-cheveux> - 20 Nov 2020 | Cosméto & DIY