

Quelles huiles essentielles pour vos cheveux ?

Cheveux secs, gras, cassants, ternes, pellicules ou chute des cheveux, les huiles essentielles peuvent améliorer la santé de vos cheveux.

Comment s'y prendre et quelles sont les huiles à employer ?

Quelles sont les huiles essentielles recommandées ?

De très nombreuses huiles essentielles sont recommandées pour la santé des cheveux. Faites votre choix.

Cheveux secs : huile essentielle de bois de santal, sauge, lavande, géranium, romarin ou ylang-ylang.

Cheveux gras : romarin, genévrier, sauge, arbre à thé, pamplemousse, cyprès, cèdre, lemon-gras, petit grain, citron, basilic ou lavande.

Pellicules : arbre à thé, santal, bergamote, lavande, romarin, petit grain, cèdre, sauge ou patchouli.

Chute de cheveux : romarin, citron, genièvre, géranium ou gingembre.

Cheveux ternes, cassants, abîmés : ylang-ylang, sauge, camomille, lemon-gras, lavande, santal, géranium, citron ou romarin.

Comment utiliser les huiles essentielles ?

En shampooing

Employez régulièrement un shampooing (doux et neutre) auquel vous aurez ajouté quelques gouttes d'huile essentielle (10 à 20 gouttes d'huile essentielle dans 10 cl de shampooing = dilution à 1%).

En massage

Avant le shampooing, massez et frictionnez délicatement le cuir chevelu avec la préparation suivante : diluez l'huile essentielle dans une huile de base (huile de pépin de raisin, d'amande douce, huile d'olive de première pression à froid) à raison d'une goutte d'huile essentielle par cuillère à soupe d'huile de base.

En application

Comme pour le massage, diluez l'huile essentielle dans une huile de base (1 goutte d'huile essentielle dans une cuillère à soupe d'huile de base). Idéalement, préparez la dilution la veille, puis, le soir, mettez ce mélange dans le creux de votre main et appliquez longuement sur votre chevelure et le cuir chevelu. Laissez agir la nuit puis lavez-vous les cheveux le lendemain matin au shampooing.

Vous pouvez également appliquer l'huile essentielle en mettant, en plusieurs fois, sur le bout de vos doigts, quelques gouttes d'huile non diluée, à condition de ne pas abuser.

