



## Shea vaj használata

- Önmagában használható bőrápolóként, mely segíti a bőr rugalmasságának megőrzését. Természetesen táplálja és hidratálja bőrét, csökkenti a bőr öregedését, a ráncok kialakulását.
- Ekcémás bőr ill. neurodermitis esetén a legkiválóbb kozmetikum
- Napi használat esetén enyhíti a pikkelysömör tüneteit
- Regeneráló és sebgyógyító hatással rendelkezik
- Enyhíti a bőr allergiás reakcióját, bőrproblémákat, nyugtató hatással rendelkezik
- Ajakápolóként is kiváló
- Segít a terhességi csíkok (stria) kialakulásának megelőzésében
- Masszázshoz is használható
- Ápolja a törékeny körmöket, haját
- Véd a leégés ellen (2-3 faktornyi védelmet biztosít)
- Napozás után a shea vaj megnyugtatja az irritált bőrt
- Kisebbségi égési sérülések esetén segíti a bőr regenerálódását
- Gyulladáscsökkentő hatása révén alkalmazható kiütésekre, csipésekre
- Borotválkozás után nyugtatja és ápolja az irritált bőrt
- Bőrpuhító hatású, elősegíti a kirepedezett bőr gyógyulását
- Babapopsi kenőcsnek is kiváló

A shea vajat mindig tiszta bőrfelületen alkalmazza. A shea vaj hatékonyságát jelentősen megnövelheti, ha bemasszírozza a bőrbe. A használat gyakoriságát bőrének típusa határozza meg. Eleinte gyakrabban -naponta kétszer, később ritkábban - napi egy alkalommal - lesz rá szüksége. Túladagolni nem lehet, mellékhatása nincs.

Tipp: Mi a babák fürdetésénél használjuk. A fürdővízbe teszünk egy kis shea vajat, mely gyorsan feloldódik. A baba bőre nagyon kellemes tapintású lesz fürdés után tőle! Érdeemes kipróbálni!

### *Shea vaj receptek*

A shea vaj házi kozmetikumok alapanyaga is. Az interneten számos recept található. 2 ízelítő a sokfajta felhasználásból.

#### *Kenhető shea vaj krém*

100 g kenhető krémet készíthet 50 g shea vaj, kb 25 g méhviasz, és 25 g növényi olaj elegyítésével, amit illatosíthat, kiegészíthet illóolajokkal.

Szilárdabb tömböt kap ugyanezek 1:1:1 arányú keverésével, amit úgy használhat, mint egy szappant.

Ha pedig finomabb, tejszínesebb állagú krémet szeretne, keverjen pl. 50 g-nyi shea vajhoz 30g bázisolajat és pár cseppnyi illóolajat kedve szerint.

#### *Arcradír shea vajjal és tengeri sóval*

- 5 ml oliva olaj
- 20 g shea vaj
- 6 g méhviasz
- 3/4 csésze finomra őrölt tengeri só
- 10 csepp grapefruit olaj

Olvassza meg gőz fölött a shea vajat és a méhviaszt, úgy, hogy a víz ne forrjon nagyon, csak épphogy. Öntse

hozzá az oliva olajat, és jól keverje össze. Vegye le a gőzről és folyamatosan keverje (verje) amíg hűl egy kicsit. Ekkor adjon hozzá az illóolajat és a sót. Keverje el jól, és tegye egy tiszta, fedeles üvegtégelybe.

Mindig zuhanyozás után használjuk, amikor a bőr még nedves. Masszírozzuk az arc bőrébe finom, körkörös mozdulatokkal. Használhatjuk a testünkre is, a szárazabb, keményebb részeken erősebben dörzsölve.

Jól öblítsük le az arcunkat és itassuk fel róla a vizet egy törölközővel. Legalább hetente egyszer használjuk ezt a radírt, hogy selymesen síma legyen a bőrünk.