

Prolite – Pernah nggak sih kamu panik saat liat rambut rontok satu per satu saat disisir, liat helaian rambut di kamar mandi, atau bahkan di atas bantal? Siapa sih yang mau punya rambut rontok, tipis atau bahkan botak?

Nah, di artikel kali ini, kita bakal bahas cara jitu buat mencegah dan mengatasi rambut rontok menggunakan perawatan alami yang bisa kamu lakukan di rumah dengan mudah.

Siapa tampil percaya diri dengan rambut yang indah dan berkilau? Yuk, terus simak artikel ini biar kamu bisa dapetin tips-tipsnya!

Baca Juga: Film Dukun Magang Hadirkan Horor Komedi Dunia Perdukunan, Siapa Bikin Merinding Sekaligus Ngakak!

## **Perawatan Alami untuk Rambut Rontok**



*ilustrasi wanita yang melakukan perawatan rambut - Freepik*

### 1. Pijat Kulit Kepala

Pijatan ringan dengan ujung jari selama 10-15 menit dapat melancarkan aliran darah ke kulit kepala, merangsang pertumbuhan rambut baru, dan membantu relaksasi. Gunakan minyak alami seperti minyak kelapa, zaitun, atau almond untuk pijatan yang lebih maksimal.

### 2. Masker Rambut Alami

Bahan-bahan alami seperti lidah buaya, madu, yogurt, dan telur kaya akan nutrisi yang dapat menutrisi dan memperkuat rambut. Gunakan masker ini 1-2 kali seminggu untuk hasil terbaik.

### 3. Lidah Buaya

Oleskan gel lidah buaya ke kulit kepala dan rambut, diamkan selama 30 menit, kemudian cuci bersih. Lidah buaya memiliki sifat anti-inflamasi dan antibakteri yang dapat membantu mengatasi masalah kulit kepala dan merangsang pertumbuhan rambut.

Baca Juga: Buah Rukam yang Hampir Terlupakan: Dulu Jadi Primadona, Kini Mulai Langka di Indonesia

### 4. Madu

Campurkan madu dengan minyak kelapa atau zaitun, oleskan pada rambut dan kulit kepala, diamkan selama 30 menit, lalu bilas hingga bersih. Madu memiliki sifat antioksidan yang dapat membantu menyehatkan rambut dan mencegah kerusakan.

### 5. Yogurt

Oleskan yogurt plain ke rambut dan kulit kepala, diamkan selama 30 menit, lalu bilas. Yogurt kaya akan protein dan vitamin yang dapat membantu memperkuat dan menutrisi rambut.

### 6. Telur

Kocok telur dan oleskan pada rambut dan kulit kepala, diamkan selama 30 menit, lalu bilas. Telur kaya akan protein dan biotin yang dapat membantu memperkuat dan menyehatkan rambut.

### 7. Minyak Kelapa

Hangatkan minyak kelapa dan oleskan pada rambut dan kulit kepala, diamkan selama minimal 30 menit, lalu bilas. Minyak kelapa memiliki sifat antijamur dan antibakteri yang dapat membantu mengatasi masalah kulit kepala dan merangsang pertumbuhan rambut.





Baca Selanjutnya  
Tampil Fresh! Atasi Mata Panda dengan 3 Bahan Alami yang Mudah Dibuat di Rumah