



Представительницам слабого пола очень хочется выглядеть ослепительно в глазах противоположного пола. Что они для этого только не придумывают: и новый макияж, и стильный имидж, и модная прическа. Однако, вряд ли часто встретится женщина, которая не мечтала бы о роскошных локонах.

Скупая тысячи масок, дорогих шампуней и кондиционеров и тратя деньги на дорогие салоны, мы не всегда довольны результатом. Так что же делать в случае, если природа не наградила вас густыми волосами? А даже если и наградила, то как же сохранить их внешний вид?

Многое зависит от питания. Ведь не зря есть поговорка: " Мы то, что мы едим". И действительно, результат, как говорится, налицо. А точнее, и на волосы тоже. Употребление жирной рыбы, которая богата витаминами и омега-кислотами, очень важно для правильного роста наших волос.

Семена льна оказывают огромное положительное влияние на вид женских локонов. Они укрепляют волосы и увлажняют от корней до кончиков, тем самым предотвращая сечение.

Любые зеленые овощи и фрукты. В них содержатся витамины группы А и С, которые крайне необходимы для выработки кожного сала, для защиты от выпадения волос.

Орехи. Очень полезный и любимый волосами продукт. В них много белка, а в бразильском орехе еще и большое количество селена, который укрепляет кожу головы и сам волос изнутри.

Будьте красивы!

Магазин безупречных подарков "GiftLucky" реализует [статуэтки ангелов](#) от "Willow Tree". Эти статуэтки от Сьюзан Лорди предлагаются покупателю недорого. Используется чувственный безликий ангел, как амулет. Практически все статуэтки имеют приятный вид внешний и достойное качество.