

அரடை ஸ்பின் மிளகூண்டுன் அரடை கப் பசும் பால் சரேத்து அரதைத்து, கொதிக்க வையுங்கள். பிறகு இந்த கலவையை ஆறவிட்டு, மிதமான சூட்டில் தலையில் தயேத்து விடுங்கள். அரை மணி நேரம் கழித்து, சீயக்காய் போட்டு தலையை அலசுங்கள். இப்படி, ஒரு நாள் விட்டு ஒருநாள் என்று தலைக்கு குளித்துவந்தால், இரண்டு வாரங்களிலேயே தலை அரிப்பு சூத்தமாகப் போய்விடும்.

சிலரூக்கு எப்போதும் தலமைபி கசகசவனெ பிசுபிசுத்து கிடக்கும். வியர்வை நூற்றமும் அபித்து சங்கடப்படுத்தும். இதற்கும் ஒரு எளிய சிகிச்சை இருக்கிறது.

மிளகு, ஓமம், சீ ரகம் மி ன் றையும் சம அளவு எடுத்து தண் *ரில் சரே த்து கொதிக் க வையுங் கள் . அந் தந் றில் சீ யக் காயகை கரதை து, தலகை க்ு பபோட்டு குளியுங் கள் .

வாரம் இரூ மூற்றை இப்படி குளித்து வந்தால், தலையில் வியர்வை நூற்றம் நீங்கி, மூடி பொலிவுடன் ஜொலிக்கும். தலை அரிப்பையும் இது கட்டுப்படுத்தும்.

தலகைக்குக் குளித்தவாடனே சிலருக்கு தலையில் நீர் கொடுத்து அவதிப்படுவார்கள். அதற்கும் கை கொடுக்கிறது இந்தக் கலவன...

அரடை ஸ்பின் மிளக, 1 டீ ஸ்பின் வநெந்தியம், கால் டீ ஸ்பின் ஓமம்.... மின்றையும
நஸாக அரதை துக கொள்ளுங்கள். இதோட 2 டீ ஸ்பின் நல்லண்ணெய் கலந்து
சட்டாக கிமிதமான சட்டில் உச்சந்தலையில் நன்றாக தயேத்து மசாஜ் செய்யுங்கள்.
அரமணி நேரம் கழித்து அலசுங்கள். இப்படி செய்துவந்தால், தலையில் கோர்த்த நீர்
வடியும். உஷ்ணம் நீங்கிக் கண்கள் குளிரச்சியாக இருக்கும்.