ತಲೆ ಹೇನು: ಪರಿಹಾರ ಏನು?

ಕೂದಲಿನ ಸೌಂದರ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟೇ ನೈರ್ಮಲ್ಯವೂ ಮುಖ್ಯ. ಕೊಳೆ, ಧೂಳು, ಬೆವರು ತಲೆ ಕೂದಲುಗಳೆಡೆ ಸೇರಿಕೊಂಡರೆ ಹೇನುಗಳಿಗೆ ಆಶ್ರಯ ತಾಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ತಲೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದರೂ ಹೇನುಗಳ ಕಾಟದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಸಿಗದಿದ್ದರೆ ಏನು ಮಾಡಬಹುದು?

ಉಮಾ ಜಯಕುಮಾರ್
ಬ್ಯೂಟಿಶಿಯನ್

ಕೂದಲಿನ ಸೌಂದರ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟೇ ನೈರ್ಮಲ್ಯವೂ ಮುಖ್ಯ. ಕೊಳೆ, ಧೂಳು, ಬೆವರು ತಲೆ ಕೂದಲುಗಳೆಡೆ ಸೇರಿಕೊಂಡರೆ ಹೇನುಗಳಿಗೆ ಆಶ್ರಯ ತಾಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ತಲೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದರೂ ಹೇನುಗಳ ಕಾಟದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಸಿಗದಿದ್ದರೆ ಪರಿಹಾರ ಏನು?

ಹೇನಿನ ಕಾಟಕ್ಕೆ ಸುಲಭದ ಪರಿಹಾರ

ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ನಿಂಬೆ ರಸದಲ್ಲಿ ನುಣ್ಣಗೆ ಅರೆದು, ಅದನ್ನು ತಲೆ ಕೂದಲ ಬುಡಕ್ಕೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಾಕಿ ತಿಕ್ಕಬೇಕು. ಒಂದು ಗಂಟೆ ನಂತರ ತಲೆಗೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಹೇನು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುವುದು.

* ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಆರತಿ ಕರ್ಪೂರವನ್ನು ಕದಡಿ ತಲೆಗೆ ಲೇಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ತಾಸಿನ ಬಳಿಕ ಸೀಗೆಪುಡಿಯಿಂದ ತಿಕ್ಕಿಕೊಂಡು ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಬಿಡಿ. ಅನಂತರ ಬಾಚಣಿಗೆಯಿಂದ ಬಾಚಿದರೆ ಹೇನು ಹಾಗೂ ತತ್ತಿಗಳು ಕೆಳಗೆ ಬೀಳುತ್ತದೆ.
* ಕಾಳ ಜೀರಿಗೆಯನ್ನು ಲಿಂಬೆರಸದಲ್ಲಿ ಅರೆದು ತಲೆಗೆ ಹಾಕುವುದು ಒಂದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಹೇನು ನಾಶಕ.
* ತುಳಸಿಯ ಕದಿರುಗಳನ್ನು ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿ ತಲೆದಿಂಬಿನ ಅಡಿಯಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಂಡು ಮಲಗಿದರೆ ಹೇನುಗಳು ಸಾಯುವುವು.
* ಕೊಬ್ಬರಿಯನ್ನು ತುರಿದು ನೀರು ಹಾಕಿ ಒಲೆಯಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿ ಹಾಲನ್ನು ಹಿಂಡಿ, ಆ ಹಾಲನ್ನು ಒಲೆಯಲ್ಲಿರಿಸಿ ನೀರಿನಂಶ ಆವಿಯಾಗುವವರೆಗೂ ಕುದಿಸಿದಾಗ ಅದರ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆಯ ಪದರ ತೇಲುತ್ತದೆ. ಆ ಪದರನ್ನು ಬೇರೆ ಪಾತ್ರೆಗೆ ಶೇಖರಿಸಿ, ದವನ, ಮರುಗ ಮತ್ತು ಪಚ್ಚೆ ತೆನೆಗಳ ರಸದೊಂದಿಗೆ ಕುದಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ತೈಲ ಲೇಪನದಿಂದ ಹೇನುಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ.
* ಸೀಬೆ ಮರದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿಯೊಂದಿಗೆ ನುಣ್ಣಗೆ ಅರೆದು ಆ ಮುದ್ದೆಯನ್ನು ರಾತ್ರಿ ತಲೆಗೆ ಒಂದು ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಕಟ್ಟಬೇಕು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬೇವಿನ ಸೊಪ್ಪಿನ ಕಷಾಯದಿಂದ ತಲೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಅನಂತರ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು.
* ವಾರಕ್ಕೆ ಎರಡು ಸಾರಿ ಅಥವಾ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಸಾರಿಯಾದರೂ ಶುದ್ಧವಾದ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ತಲೆಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಕ್ಕಿಕೊಂಡು, ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ನೆನೆದ ನಂತರ ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚನೆಯ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು.
* ತಲೆಗೆ, ಮೈಗೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೆಳಕಂಡ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೀಗೇಕಾಯಿ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿಕೊಂಡು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು.

ಸೀಗೇಕಾಯಿ	: 1/4 ಕಿಲೋ
ಅಂಟುವಾಳ ಕಾಯಿ	: 1/4 ಕಿಲೋ
ಮೆಂತ್ಯ	: 100 ಗ್ರಾಂ
ಅಕ್ಕಿ	: 100 ಗ್ರಾಂ
ಲಾವಂಚದ ಬೇರು	: 1/4 ಕಿಲೋ

ಇವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಸೇರಿಸಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸ್ವಲ್ಪ ಬಿಸಿನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕಲಸಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು.