

إِغْسَلي شَعْرَكَ بِطَرِيقَةٍ صَحِيَّةٍ!

هل تعتقدين أنكِ تغسلين شعركِ بطريقة صحيحة؟ هل طريقتك بالاستحمام تحافظ على طبيعة شعركِ وتساعد على النمو؟

معظم النساء لا ينظفن شعرهن جيداً عند غسله، لذلك يضعف شعرهن ويصبح، من أهم الأشياء التي يجب فعلها هو غسل الشعر مرتين بالشامبو، وذلك لإزالة الأوساخ الزائدة والمخابة. والكثير من الأشخاص يميلون إلى حَفِّ فروة الرأس بأظافرهم ما يمكن في نهاية المطاف أن يتسبب بأضرار عدة، وبدلاً من ذلك فمن الأفضل استخدام منصات أصابعك وتحريكها دائرياً أي تدليك فروة الرأس بدلا من مهاجمتها.

استخدمي الشامبو المرطب يوميا مترافقا مع الشامبو العادي، إذا لم تعرفي المنتج المناسب لشعر إستشيرِي مُصَفِّف شعركِ، يمكن أن ينصحك كم مرة تحتاجين لغسل شعركِ أسبوعيا، لأنه منذ صغرنا نعوّدا للحفاظ على نظافتنا يجب غسل شعرنا يوميا إلا أنه هذه المعلومة ليست صحيحة بتاتا، ولكن غسل شعركِ كل يوم يعرضه لأضرار فتاكة.

شعركِ يُنتج بشكل طبيعي الزيوت لحماية أطرافه من التراب والبرد القارس، هذه الزيوت تنحصر أيضا عند الرطوبة، الأمر الذي يجعله مشعا وغنيا بالبروتين والمواد المغذية التي يحتاجها للحفاظ على خيوط قوية. وما بين المياه التي تستخدمينها، والشامبو والمرطب والمكيفات مع أدوات تصويب الشعر أو تجعيده تجريدنه من الزيوت الطبيعية اللازمة لإبقائه رائع!

ومن المفيد غسل الشعر كل يومين أو ثلاثة أيام لمعظم أنواع الشعر على الرغم من أن ذوي شعر ناعم، قد ترغبين في غسله يوميا، في حين ذوي الشعر المجعد جدا يمكنها عادة تركه لفترة أطول. أما الخطأ الرئيسي الذي تقترفه معظم النساء هو استخدام الكثير من الشامبو، فالرغوة الإضافية ليست دليلا على تنظيف الشعر بشكل أكبر.

وتكمن الأهمية في المستحضرات التي تختارينها لغسل شعركِ، فاختيار ما يُناسبه أمر أساسي. عندما تمرين بمرحلة تغيير اللون الرئيسي للشعر، سيكون لديك توقعات لا يمكن تحقيقها فورا، عليك الإنتظار قليلا للوصول إلى النتيجة المطلوبة إذ أن غسل الشعر يساعد تثبيت لون الصبغة التي أردتها. لا تتردي في استخدام منتجات مثبتة للون الشعر بعد استشارة مصففك، لأنها تعمل على إبقاء اللون على حاله

لمدة أطول. أما الشعر الذي لم يوضع عليه منتجات الشعر يُمكن أحياناً أن يتغير لون أطرافه.

ولا تحاولي أن إهمالي موعد المصفف فشعرك بحاجة للقص بين فترة وأخرى ليزيد لمعاناً غذى، وفي النهاية، إذا وجدت بعضاً من الشعر على الأرض بعد الإستحمام، لا تقلقي كثيراً، إلا إذا كانت كميته كبيرة وبشكل دائم، فمن الطبيعي أن يتساقط الشعر عند غسله.