حيل للحصول على شعر صحّي ستغيّر حياتك

يعتبر الشعر الصحي والقوي والجميل هدف كل النساء حول العالم ، لكن تحقيق هذا الحلم هو أمر صعب. يوجد العديد من الحيل الجمالية للعناية بالشعر والتي يمكن أن تسهل روتين الصباح للعناية بشعرك.

يجب عليك أولا ابدء بالتعرف على نوعية شعرك لتصبح العملية أسهل بكثير عليك. لذا، نقدم لك حيل للحصول على شعر صحّي ستغيّر حياتك .

1- استخدمي عصير الليمون الشمس للحصول على خصلات شقراء

ان كنت ترغبين بالحصول على خصلات شعر شقراء اللون طبيعيا ، يمكنك اللجوء الى حيلة عصير الليمون. قومي بتطبيق بعض عصصير الليمون على شعرك بواسطة الفرشاة ومشطي شعرك بها بلطف. اجلسي في الشمس لمدة 45 دقيقة. كرري هذه العملية مرة كل أسبوعين.

2- أزيلي كهرباء الشعر بواسطة أوراق التجفيف

قومي بتمشيط شعرك أو مرري ورقة التجفيف على رأسك بأكمله من الجذور حتى الأطراف. تساعدك هذه الطريقة على القضاء على الكهرباء في الشعر. يمكنك الحصول على التأثير نفسه من خلال فرك أوراق التجفيف على الفرشاة أو المشط قبل إستخدامها.

3- احرصي على النوم على وسادة من الحرير

عليك تدليل نفسك أثناء النوم لمساعدة شعرك أيضًا . ان النوم على وسادة من الحرير ، يمنع تكسر الشعر وتلفه، الذي يمكن أن يحدث خلال الليل اثناء النوم.

4- رشي شعرك بزجاجات عطرية كحل سريع

بعد الإستيقاظ من النوم متأخرة وقد أدركت أن شعرك مجعد وتلف من جراء النوم وليس لديك الوقت للذهاب للصالون او الاستحمام ، فكل ما عليك فعله لحل هذه المشكلة هو رشّ القليل من الماء المعطر على

شعرك لاصلاح الضرر. ليس خاطئًا أن تكوني كسلة ليوم.

5- جففي شعرك بقميص قطني

تعتقدين أنه أمر طبيعي تجفيف شعرك بالمنشفة … ربما المنشفة نفسها التي تستخدميها لتجفيف جسمك بعد الاستحمام. عندما تجففين شعرك بمنشفة عادية ، فإن الفرك والنسيج يسببان التجعد والتكسر.

باستخدام قميص قطني ، والضغط على الخصلات بدلاً من الفرك ، سوف تمتص الماء دون اي اذى.

6- اتركي الشامبو الجاف على شعرك أثناء النوم

في حال لم يكن لديك الوقت للاستحمام ، خططي لتسوية شعرك في الصباح. ضعي الشامبو الجاف قبل النوم واتركيه يعمل سحره خلال الليل. سيزداد حجم شعرك لدى الاستيقاظ.

7- جدلي شعرك المبلل في الليل للحصول على شعر مموج في الصباح

يمكنك الحصول على شعر مموج دون الحاجة إلى استخدام مجعد الشعر ومجفف الشعر حتى. كل ما عليك عله هو صنع ضفيرة بشعرك بعد الاستحمام في والذهاب للنوم. اعتمادا على نوعية شعرك أو الشكل المرغوب الحصول عليه ، فقومي بصنع عدة جدائل بشعرك أو اصنعي جديلة فرنسية واحدة . في صباح اليوم التالي، قومي بفك شعرك ، رشي رذاذ المثبت ، ثم افركي شعرك للحصول على خصلات مموجة كثيفة.

8- جربي بدائل الشامبو

يعمل كثرة استخدام الشامبو على تجريد الشعر من الزيوت الطبيعية . يوجد بدائل للشامبو يمكنك استخدامها لتنظيف شعرك كل فترة للحفاظ على هذه الزيوت.

يمكن تنظيف الشعر بمنتجات مثل صودا الخبز أو الخل بين فترة وفترة . يمكن أن تكون هذه العناصر منقذة في الأيام التي قد نسيت بها شراء الشامبو . تساعد هذه الطرق الطبيعية على الحد من كثرة المواد الكيميائية الضارة الموجودة في الشامبو التي يتعرض لها الشعر.

9- لا تغسلي شعرك كثيرًا

تنظيف الشعر بإنتظام أمر هام للغاية ، لكن لا ترغبين بالتطرف بالأمر أبدا. احرصي على غسل شعرك مرة أو مرتين في الأسبوع فقط ، وحاولي دمج روتينك مع أساليب العناية بالشعر التقليدية وغسل الشامبو الجاف. حيث تساعد الطرق المذكورة على ابقاء شعرك بحالة جيدة.