

خطوات بسيطة للعناية بشعر العروس قبل الزفاف

اقترب موعد الزفاف وبالتالي تسعى كل عروس لمضاعفة الإهتمام ببشرتها وشعرها ونظامها الغذائي. ومن المشاكل الكثيرة التي تواجهها العروس هي الشعر التالف والمتقصف.

لذلك نقدم لك أبرز النصائح التي تساعدك على حل مشاكل شعرك:

الشامبو: يحتوي الشامبو العادي على الكثير من المواد الكيميائية التي تضر الشعر لذلك عليك استبداله بشامبو لطيف خالي من الكبريت ويحافظ على ترطيب الشعر كما عليك استخدام البلسم المناسب.

قص الاطراف: يحتاج الشعر الصحي إلى حواف منتظمة لمنع الأطراف المتكسرة من شق طريقها الى جذع الشعرة. ينمو الشعر عاة حوالي 1/2 بوصة بالشهر، عليك بتشذيب 1/8 بوصة كل 8 أسابيع تقريبًا لتبقي شعرك قوي .

البيوتين لتقوية الشعر: يعد Biotin العنصر الأفضل لتقوية الشعر، عليك استخدام الكريم التمهيدي بالاستحمام بعد الشامبو وتركه على الشعر لمدة 3-5 دقائق ثم اشطفيه.

التدليك: يتمتع تدليك فروة الرأس بفوائد مضاعفة على الشعر فهو يحفز تدفق الدم، يحفز العناصر الغذائية في فروة الرأس ويفصل تراكم الزيوت والمنتجات. احصلي على فوائد إضافية من خلال تطبيق الكريم المرطب على فروة رأسك، مع التدليك، قبل الشامبو.

تخفيف على الحرارة: تسبب الحرارة بضعف الشعر التالف. ويتطلب تجفيف الشعر استخدام مجففًا متطورًا تم تصميم مجففات الأيون بأقل ضررًا من مجففات الشعر العادية العالية الحرارة. لا تستخدم المجفف دون تطبيق كريم حماية من الحرارة.