

كم مرة يجب إستعمال الزيت على شعرك في الاسبوع؟

يحتاج الشعر الى عناية خاصة وروتينية من أجل أن يحافظ على بريقه ولمعانه بعيدا عن مشاكل التقصف والتلف.

وتلعب الزيوت الطبيعية دورا مهما في العناية بالشعر وتحفظه من المشاكل المتعددة التي يمكن أن تصيبه. إلا أن إستعمال هذه الزيوت يجب أن يكون بطريقة متوازنة لأن الإكثار منه يسبب مشاكل للشعر ويجعله أكثر عرضة لتراكم الأتربة ويزيد من نسبة افراز فروة الرأس للدهون ما يؤدي الى ظهور القشرة.

ومن المعلوم، أن إستعمال الزيت يجب أن يكون مناسبا لنوعية الشعر، وفي الاسطر التالية سنتعرف الى عدد تطبيق الزيت على الشعر في الأسبوع بحسب نوع الشعر:

1- الشعر العادي

من المعروف أن الشعر العادي لا يتعرض للكثير من المشاكل كالتقصف والتكسر، والعناية به لا تتطلب وقتا وجهدا. وإذا كنت ترغبين بإستعمال الزيوت التي تغذيه ننصحك بإستخدام زيت الزيتون أو زيت جوز الهند لترطيبه مرتين في الأسبوع فقط.

2- الشعر الجاف

يحتاج الشعر الجاف الى عناية خاصة وترطيب مستمر مقارنة بأنواع الشعر الأخرى، ومن أجل التخفيف من حدة جفافه التي تسبب تقصفا لأطرافه عليك سيدتي أن تلتزمي بإستعمال زيت الخروع أو زيت جوز الهند ما بين مرتين أو ثلاث مرات خلال الاسبوع من أجل المحافظة على ترطيبه.

3- الشعر الدهني

إذا كنت من صاحبات الشعر الدهني فلا داعي لإستعمال الزيوت الطبيعية بكثرة للعناية بشعرك بل إن مرة واحدة في الأسبوع تكفي وتفي بالغرض، ومن أفضل أنواع الزيوت التي يمكنك إستعمالها زيت الزيتون. هذا ويجب عليك أن تستعملي الشامبو الخاص بالشعر الجاف للتخلص من الدهون الزائدة على فروة الرأس.

أما في ما يتعلق بطريقة تطبيق الزيت على شعرك، ما عليك سوى توزيع الزيوت على شعرك باستخدام أطراف أصابعك مع تدليك فروة رأسك لمدة 10 دقائق ومن ثم الإستحمام للتخلص من أثره.