لماذا يتوقف شعرك عن النمو؟

في مرحلة من حياتنا، كل واحد منا قد نظر في المرآة وفكر: "لماذا لا ينمو شعري؟" – ولكن يمكن للشعر أن يتوقف حقا عن النمو، أو هل هذا شيء كله في عقلنا غير الصبور؟

في حين أنه صحيح أن شعرك ربما لم يتوقف عن النمو تماما، هناك بعض العوامل التي يمكن أن تبطئ النمو أو تجعله يبدو أن النمو قد توقف. لقد تحققنا مع الخبراء وأعطونا هذه المعلومات الرئيسية، فضلا عن بعض النصائح حول كيفية مساعدة الشعر على النمو:

هل تقصين شعرك بما فيه الكفاية؟

تحاول بعض النساء التمسك بأطول طول ممكن للشعر عن طريق تجنب قص الشعر، ومع ذلك لا يطول الشعر. لدينا جميعا أقصى طول للشعر يمكن أن نصل إليه وفقا لنظامنا الحالي. هذا هو المكان الذي تبدأ ببساطة أطراف الشعر على الانكسار بدلا من الاستمرار في البقاء قوية وصحية. حتى تقومي بتغيير عاداتك الحالية والمنتجات المستخدمة على شعرك، لن يتغير شيء بطول شعرك. قصي الأطراف المقصفة، استخدمي الحماية الحرارية والأدوات الحرارية الآمنة، واستخدمي قناع الشعر المناسب والعلاج لتغذية شعرك.

العمر:

الشيخوخة تجلب معها مجموعة من مضاعفات الحياة، وأقلها هي شعرنا. كما نتقدم في السن، هناك احتمال أن يصبح الشعر أضعف. سنوات من التصفيف الحراري والصبغة يمكن أن تتراكم لتخلق ضرر كبير لشعرك.

كسور في الشعر:

قد يبدو أن شعرك لا ينمو، ولكن في الواقع، يمكن أن ينكسر عندما يصل إلى طول معين. الاستحمام، تمشيط الشعر بالفرشاة، تصفيف الشعر، وصبغ الشعر يمكن أن يؤدي إلى أطراف مقصفة وكسور. التعامل مع الشعر بقساوة جداً، وذلك باستخدام الربطات المطاطية المكشوفة، وتمشيط الشعر كثيراً يمكن أن يسبب جفاف وهشاشة الشعر. الصبغ والعمليات الكيميائية يمكن أن يجعل الشعر يفقد مرونته ورطوبته.

استشارة طبيب:

عندما يبدو أن شعرك يتوقف عن النمو، يمكن أن تكوني مجهدة للغاية. نحن نوصي دائما بالذهاب إلى الطبيب لاستبعاد احتمال الحساسية، التهاب الجلد، الاضطرابات الهرمونية مثل فرط نشاط الغدة الدرقية، والقضايا الصحية العامة.