نصائح للعناية بالشعر الجاف والمجعد

تعاني صاحبة الشعر الجاف من الكثير من المشاكل التي تواجه شعرها في مختلف الفصولٍ والاوقات وخصوصاً مع إنتشار مستحضرات وطرق فرد الشعر كيميائياً في الصالونات التي بدورها تخلق مشاكل من نوع آخر مثل التلف والتساقط.

فكيف يمكن مواجهة المشاكل التي يتعرض لها الشعر الجاف، مع الاشارة الى ان صاحبة الشعر المجعد تعاني من مشكلة جفاف الشعر اكثر من غيرها؟

إليك هذه النصائح الذهبية:

- إن الشعر الجاف يتطلب ترطيبا داخليا بشرب الكميات المطلوبة من الماء.
- على صاحبة الشعر الجاف تناول فيتامين E لانه يؤمن التغذية الضرورية لخصلات الشعر.
- توزيع السيروم المغذي على خصلات الشعر لحمايتها جيداً قبل تعريضها لأي من أدوات التمليس.
- عليك تناول الزيوت النباتية المعصورة على البارد لانها غنية جدا بالأحماض الدهنية الأساسية. وهي تتوافر في المكسرات كاللوز والبندق والجوز والأسماك الدهنية. فهي مفيدة جداً للبشرة والشعر على السواء.
- ابعدي التقصف عن الشعر الجاف لانه يجعله يبدو هشاً وجافاً وغير قابل للسيطرة او الترتيب ويفقد حيويته ورطوبته. ننصحك بقص الاطراف المتقصفة بشكل دوري.
- رطبي شعرك يومياً وكل صباح بكريم الترطيب الذي يعيد الحيوية الى الشعر ويحافظ على تجعيداته المرتبة.
- احرصي على تمشيط شعرك بالفرشاة كل مساء.
- ثابري على تدليك فروة رأسك بحركات دائرية لإحياء فروة الرأس.
- عليك اختيار الشامبو والكوندشنر المخصصان للشعر الاجعد او الجاف لان تركيبتهما تكون غنية بالمرطبات او بالزيوت التي تحد من مشكلة تشابك الشعر الاجعد اثناء غسله.
- خففي من نسبة تجفيف الشعر الجاف عندما يكون رطباً بالهواء

الساخن للمجفف الكهربائي، دعيه يجف قليلاً لوحد ثم استعيني بالهواء البارد للمجفف.

- سرحي شعرك الجاف بعد الحمام بمشط عريض الاسنان.
- يعتبر سيروم السيليكون ثورة في عالم الشعر وهو يفيد الشعر الجاف اكثر من غيره.
- اذا شعرت ان شعرك الجاف والمجعد يبدو منكوشاً ما عليك سوى الاستعانة برغوة التصفيف المعدة خصيصا للشعر المجعد.
- ليكن غطاء وسادتك مصنوعاً من الحرير او الساتان بدلاً من القطن لمنع تشابك الشعر الجاف.
- ابتعدي عن كل مستحضرات الشعر الغنية بالكحول لانها تجفف الشعر اكثر.