

كيفية إخفاء الشيب من دون صبغ الشعر

كقاعدة عامة ، يبدأ الشيب بالظهور بعد سن الـ30 . إذا وجدت خيوطاً رمادية في شعرك بسن أصغر من ذلك ، فيمكن اعتبارها شيباً مبكراً . أسرع طريقة للتخلص من هذه الشعر المزعج هو صبغها . لكن للأسف ، في غضون بضعة أسابيع ، ستنمو الجذور وسيظهر الشعر الرمادي مرة أخرى.

الميلانين هي المادة الصبغية البروتينية المسؤولة عن لون الشعر . انها تنتج في الخلايا المتخصصة المعروفة باسم الخلايا الصبغية . يبدأ بظهور اللون الرمادي عندما يتوقف إنتاج الميلانين . بشكل عام ، يحدث ذلك بسبب الشيخوخة أو الاستعداد الوراثي . يمكن لأسلوب الحياة غير الصحي أن يسرع العملية أيضاً .

لا داعي للحيرة من أمرك بعد الآن ، فالحل أصبح بين يديك ، فهناك بعض الطرق التي ستساعدك على إخفاء شعرك الرمادي حتى لا تضطر إلى زيارة مصفف الشعر في كثير من الأحيان.



كيفية إخفاء الشيب من دون صبغ الشعر :

تقسيم الشعر بطريقة مختلفة

عادةً يظهر الشيب عند جذور الشعر والسوالم الشعر . لذلك قد يكون كافياً لتغيير طريقة تفريش شعرك لتغطية الخيوط الرمادية الظاهرة . إذا كنت تريد أن تكون أكثر إبداعاً ، يمكنك اللجوء إلى فرق متعرج - استخدم رذاذ الشعر ، أو الجيل ، أو الموس لإبقائه في مكانه .

الحصول على الضفائر

إذا كان شعرك طويلاً ، يمكنك تغطية الشعر الرمادي بالضفائر (لن يساعدك في هذه الحالة الجديدة الكلاسيكية) . عليك أن تقضي بعض الوقت والجهد لإنشاء جديلة ضخمة وتحويلها إلى إطار كبير الحجم على رأسك.

قد ترغبين أيضاً في تجربة أساليب أكثر تحدياً - حيث يمكن أن

تساعد في إخفاء الشعر الرمادي أيضًا .

وضع الإكسسوارات

يمكنك استخدام إكسسوارات مختلفة الحجم والشكل إذا كنت لا تحبين الضفائر أو إن كان شعرك قصير . سوف تساعدك التيجان والعصابات والدبابيس وما إلى ذلك من إكسسوارات مختلفة على تغطية الشعر الرمادي وتبدو عصرية .

يمكنك أيضا محاولة وضع قبعة . على سبيل المثال ، القبعات في ذروة شعبيتها في فصل الخريف الحالي. بالطبع ، لن تكون هذه الطريقة مفيدة إذا كنت تخططين لقضاء وقت في الداخل.

الحصول على تسريحة تكثف حجم الشعر

تسريحات الشعر التي تكثف الشعر وتضفي اليه الحجم تساعد في التعامل مع الشعر الرمادي بشكل جيد. عليك فقط خلق حجم عند جذور الشعر أو الحصول على تجعيد للشعر . تجعيد الشعر سيجعل شعرك يبدو أكثر ضخامة وبالتالي يخفي خيوط الشعر الرمادية .

استخدام رذاذ الصبغ

الطريقة الأكثر فعالية لإخفاء الشعر الرمادي هو استخدام مستحضرات رذاذ صبغ الشعر . فهي لا تغير لون شعرك لفترة طويلة إذا قارناها بصبغة الشعر العادية ولكنها تساعد حقاً على تغيير لون الشعر وإخفاء الشيب لمدة جيدة .

كيفية منع الشيب وما لا يجب أن فعله بالشعر الرمادي:

لا تقتلعي الشعر الرمادي . الشيء هو، عندما تنتفين الشعر فأنت تحدثين الضرر لمسام فروة رأسك . في النهاية ، ستتوقف هذه الشعرات عن النمو وستحصلين على بقع صلعاء تكون أكثر سوءاً نظراً لأنها أكثر صعوبة لإخفائها .

لمنع الشيب المبكر ، عليك التفكير في أسلوب حياتك وعاداتك وحيث يمكنك اتباع النصائح التالية :

- الابتعاد عن العادات غير الصحية مثل التدخين.
- تناول المنتجات الحيوانية . على سبيل المثال ، يحتوي الكبد على كمية جيدة من الفيتامين B12. نقص الفيتامين B12 قد

يسبب بحدوث الشيب المبكر.

- كثير من الناس يعتقدون أن الشعر الرمادي يحدث بسبب الإجهاد. لم يجد العلماء أي حقائق يمكن أن تثبت هذه النظرية بعد. لكن الإجهاد يؤثر على أجسامنا بطريقة سيئة للغاية ، لذلك ينصح بالحفاظ على الهدوء وعدم القلق بشأن الأشياء الصغيرة.