# نصائح جمالية اقتصادية لشعر صحي وجميل

إن موضوع العناية بالشعر دائمًا ما يكون شائعًا وغير مثير للدهشة، حيث يعتبر الشعر الجميل أحد العلامات الرئيسية لجمال المرأة وصحتها. ومع ذلك، إذا كنت ترغبين في الحصول على شعر صحي جميل، فهذا لا يعني أنك بحاجة إلى إجراءات مكلفة في صالون.

في الواقع، كل ما عليك القيام به هو عدم الضياع في الكمية الهائلة من المعلومات المتوفرة، لذلك، نقدم لك نصائح جمالية اقتصادية لشعر صحي وجميل :

- **الصابون، بلسم الشفاه والجيلاتين تساعد على التعامل مع الشعر المجعد**

لسوء الحظ، يمكن أن تكون العناية بالشعر المجعد صعبة للغاية في بعض الأحيان. إنه أمر مذهل ولكن يمكن أن تساعدك المنتجات غير المعتادة حقًا في التعامل مع هذه المشكلة.

على سبيل المثال، بالنسبة للشعر المجعد، تحتاجين إلى تطبيق الصابون المعطّر الرطب. شيء آخر يمكنك استخدامه هو بلسم الشفاه الذي يعمل تمامًا مثل شمع الشعر ويساعد في التعامل مع الشعر الذي يصعب تمشيطه. إذا كان لديك المزيد من الوقت وتريد حلاً أكثر تعقيدًا للمشكلة ، فيمكنك عمل قناع جيلاتين يمكن أن يعالج شعرك.

**المكونات:**

- 1 ملعقة كبيرة مسحوق الجيلاتين
- بلسم الشعر
- مياه معدنية
- صفار البيض

**طريقة التحضير:**

1. اخلطي مسحوق الجيلاتين في 3 ملاعق كبيرة من الماء.
2. تأكد من إذابة الجيلاتين وأضيفي القليل من مرهم الشعر.

3. لجعل الشعر أقوى، يمكنك أيضًا إضافة صفار بيضة.
4. طبقي المزيج على شعرك ثم ضع غطاء على شعرك وقم بتغطيته بمنشفة لمدة 40 دقيقة.

- **اختاري نوع فرشاة الشعر المناسبة**

كما لاحظت بالفعل، تعتمد صحة الشعر على التلاعب الميكانيكي الذي تقوم به له. لذلك، بالطبع، اختيار فرشاة الشعر الصحيحة واستخدامها بشكل صحيح أمر حيوي إذا كنت تريدين شعر صحي. عندما يجف شعرك، يوصي الخبراء باستخدام فرشاة التدليك. وبصرف النظر عن تنظيف الشعر بشكل جيد، فإن هذه الفرش تقوم أيضًا بتدليك الرأس وهو مفيد حقاً لبصيلات الشعر.

لا ينبغي أن تمشيط الشعر الرطب على الإطلاق لأنه عرضة للتلف. ومع ذلك، لا يزال بإمكانك القيام بذلك ولكن فقط بعد أن يجف قليلاً. يجب أن يكون مشط واسع الأسنان ويجب أن تحرصي على عدم إزالة الشعر المتشابك.

- **قناع البيض لنمو الشعر**

**المكونات:**

- 2 ملعقة كبيرة زيت الخروع
- 1 صفار بيضة
- 1 ملعقة طعام عسل

**طريقة التحضير والإستخدام:**

1. امزجي المكونات جيدًا، وطبقي المزيج على شعرك، ودلكي الجذور بعناية.
2. لفي رأسك في غطاء بلاستيكي أو ارتدي قبعة الاستحمام واتركي الخليط على شعرك لبضع ساعات.
3. اغسلي شعرك بالشامبو ثم طبقي بلسم الشعر.
4. كرري هذه العملية مرتين في الأسبوع.

- **اصنعي شامبو جاف للحفاظ على شعرك منعشًا لفترة طويلة**

يستخدم الشامبو الجاف لتنظيف الشعر دون استخدام الماء. على الرغم من حقيقة أن مثل هذه الشامبو عادة ما تكون مصنوعة من الكثير من العناصر المختلفة التي يصعب الحصول عليها، إلا أنها في الواقع بسيطة لجعل هذا الشامبو في المنزل :

**المكونات:**

- 2 ملعقة طعام نشا الذرة
- 2 ملعقة طعام مسحوق كاكاو، للشعر الداكن
- 5-6 قطرات زيت عطري
- فرشاة ماكياج

**طريقة الإستخدام:**

1. اخلطي جميع المكونات في وعاء.
2. ضعي الخليط في زجاجة أو عبوة.
3. طبقي الخليط على جميع أنحاء الشعر.
4. إذا كنت تستخدمين فرشاة، يجب عليك وضع القليل من البودرة على فروة الرأس، انتظرس حتى تمتص الزهم الزائد ، ثم قم بتمشيط الشعر جيداً .
5. نشفي شعرك قليلاً بمجفف الشعر.

- **سر الاعتناء بالأطراف الجافة**

هذه الطريقة لن تساعدك على التخلص من الأطراف التالفة، لأنها لا تستطيع إصلاحها بنفس فعالية قناع الجيلاتين. لكنها تعد طريقة رائع للتعامل مع الأطراف الجافة وهي جيدة للمعالجة التدريجية للنهايات المقسمة إذا كنت تستخدم هذه الطريقة بشكل منتظم.

الأمر بسيط للغاية: قبل غسل شعرك، ضعي البلسم على أطراف الشعر. أما بالنسبة للجذور، ضع بعض الشامبو عليها كالمعتاد وانشر الرغوة على الشعر. النقطة هي أن البلسم لن يسمح للشامبو أن يكون عدوانيًا جدًا على الأطراف ولن يسمح له بإلحاق المزيد من الضرر.