

# 4 ماسكات تمنحك شعرًا حيوياً في رمضان

خلال شهر رمضان، يفقد الجسم الكثير من المعادن والفيتامينات الأمر الذي من شأنه أن يؤثر بشكل سلبي على صحة البشرة، الشعر والأظافر.

من هذا المنطلق، تبحث العديد من النساء عن مستحضرات من أجل المحافظة على شعر صحي ولا مع بعدياً عن التقصيف والتلف. وفي ما يلي، نقدم مجموعة من الخلطات المنزلية التي تساعدهن في الحصول على شعر حيوي وصحي خلال هذا الشهر الفضيل.

## 1- حمام الزيت

تلعب الزيوت دوراً مهماً في ترطيب فروة الرأس، الشعر واعطائه لمعة براقة، ويعتبر زيت الزيتون من اكثر انواع الزيوت المتوفرة في كل منزل وبالتالي من السهل استخدامه.

ولتطبيق قناع زيت الزيتون، يجب تدليك الشعر بزيت دافئ ومن ثم تمشطيه من اجل تنشيط الدورة الدموية ولتسهيل وصول الزيت الى كافة جذور الشعر. على ان يتم وضع هذا القناع مدة 15 دقيقة ومن ثم شطف الشعر جيداً . يتم تكرار هذه الوصفة مرتين في الأسبوع.

## 2- ماسك السكر البني

كل ما يجب القيام به هو خلط ملعقة كبيرة من السكر البني مع نصف ملعقة من زيت الزيتون، ومن ثم تدليك الشعر بالخلط لمدة 10 دقائق ومن ثم غسله جيداً بالشامبو.

هذا الماسك يقي الشعر من الجفاف الذي يمكن ان يصيبه نتيجة للصوم.

## 3- ماسك خل التفاح

هذا الماسك سهل التحضير والإستعمال، لأنه يقوم على خلط ربع كوب من خل التفاح مع عشرة ملاعق من المياه، ومن ثم رش هذا المستحضر على فروة الرأس وتركه لمدة 30 دقيقة ومن ثم غسل الشعر.

يساعد خل التفاح على معلجة قشرة الشعر التي من شأنها ان تظهر بسبب جفاف الشعر.

#### **4- ماسك الليمون**

يتم خلط كوب من الزبادي مع عصير ليمونة، ومن بعد ذلك يتم غسل الشعر بالمكون.

هذا الماسك يمنح الشعر الترطيب الذي يحتاجه ويمنع تعرض أطراقه من التقصف.