



В советское время было популярно мнение, что мыться нужно раз в неделю. Но вот по отношению к волосам, а точнее, к их мытью, этот совет применялся настойчиво. Такое ощущение, что шампунь экономили. До сих пор спорят о том, как часто мыть голову...

Мыть нужно голову тогда, когда вы ощущаете дискомфорт. Кожа головы и волосы подвергаются загрязнению так же, как и все тело. Представьте себе ситуацию, когда вы чистите зубы раз в три дня. Как вам картина? Чем волосы хуже? Те же бактерии, микробы, пылинки, грязь. Итак, ответ: мыть! И совет: как только чувствуете, что голова грязная и вам хочется ее помыть.

Частота мытья у каждого своя и это связано со многими факторами: жирность кожи, густота волос, какие средства используются, в какой окружающей среде живет человек и прочее. Выбирайте тот график, который вам удобен.

Как мыть? Вопрос важный. Во-первых, очень бережно. В воде волосы размокают, становятся очень уязвимыми и их целостность в этот момент легко нарушить. Чем дольше волосы находятся в воде, тем сильнее размокают (вымываются защитные жиры, кутикулярный слой не закрыт). А поэтому старайтесь не дергать их, не раздирать расческой, это приведет к секущимся волосам. Во-вторых, промывайте голову дважды:

Мыть или не мыть - Сам себе трихолог

Автор: Administrator

13.08.2010 13:06 - Обновлено 17.08.2010 09:44

первый раз вы смываете основной массив грязи, промываете волосы, затем повторяете процедуру более тщательно, массируя голову, и смываете водой шампунь. Укутайте на 10 минут голову полотенцем и аккуратно промокните волосы. Дайте им передохнуть после обилия воды.