العناية بالشعر

أهمية العناية بالشعر:

تعد العناية بالشعر جزءًا أساسيًا من النظافة الشخصية؛ لما لها من دور في الحفاظ على صحة فروة الرأس، ومنع تراكم الأوساخ والبكتيريا.

الطريقة الصحيحة لغسل الشعر:

لغسل الشعر بطريقة صحيحة، أتبع الخطوات الآتية:

1. أُبلل الشعر جيدًا بالماء الفاتر؛ لتجنب جفاف الشعر وفروة الرأس الناتج عن الماء الساخن.
2. أضع كمية مناسبة من الشامبو في راحة اليد، ثم أدلك فروة الرأس بلطف باستخدام أطراف الأصابع بحركات دائرية دون فرك الشعر؛ لتفادي تلفه.
3. أشطف الشعر جيدًا بالماء الفاتر حتى تزول بقايا الشامبو.
4. أضع البلسم على أطراف الشعر فقط، وأتركه بضع دقائق حسب التعليمات، مع تجنب وضعه على فروة الرأس.
5. أُجفف الشعر بلطف باستخدام منشفة ناعمة دون فرك شديد، ويمكن استخدام مجفف الشعر بدرجة حرارة منخفضة أو تركه ليجف طبيعيًا.
6. أتجنب تمشيط الشعر وهو مبلل؛ لتجنب تكسره.

العناية بأدوات غسل الشعر:

لضمان نظافة الأدوات وسلامتها يُنصح بما يأتي:

- تنظيف الأدوات بانتظام بعد كل استخدام.
- تخزينها في مكان جاف بعيدًا عن الرطوبة.
- تجنب تعريضها للمواد الكيميائية القاسية.
- اختيار الأدوات المناسبة لنوع الشعر.