

Problem: Światło i słońce – promieniowanie ultrafioletowe.

Rozwiązanie: szampony, mgiełki i odżywki z filtrami UV. Możesz też po prostu założyć na głowę chustę czy czapkę, aby chronić głowę i włosy.

Problem: Słona i chlorowana woda. Zwłaszcza chlorowana uszkadza nie tylko łodygę włosa, lecz także jego cebulkę.

Rozwiązanie: pływaj w czepku, a po kąpielach w basenie myj włosy szamponem. Stosuj odżywki lub serum stymulujące porost włosów.

Problem: Zbyt częste mycie głowy szamponami silnie oczyszczającymi skórę głowy. Takie szampony mogą otwierać łuskę włosa i go wysuszać, oraz uszkadzać keratynę włosa.

Rozwiązanie: rzadziej korzystaj z takich szamponów, a na co dzień używaj szamponów do włosów delikatnych lub szamponów w kostce.

Problem: Suszenie włosów suszarką. Gorące powietrze wysusza włosy.

Rozwiązanie: Susz włosy na letnim trybie suszarki jeśli nie wysychają szybko. Jeśli natomiast Twoje włosy schną szybko możesz pozostawić włosy do wyschnięcia.

Problem: Zabiegi upiększające włosy – farby na bazie amoniaku lub jego pochodnych, rozjaśnianie, trwałe ondulacje, które niszczą naturalne struktury wiążące włókna keratynowe i utrwalają je w nowych konfiguracjach.

Rozwiązanie: Ogranicz liczbę wizyt u fryzjera, zmień fryzurę na mniej wymagającą, zmień farbę na mniej niszczącą włosy lub farbuj włosy szamponetkami, które osadzają się na włosie, zamiast wnikać w niego i go niszczyć.

Problem: Zbyt ciasne związki włosów (ciasne kucyki, koki). Czy wiesz, że od tego możesz łysieć? Takie wiązanie powoduje osłabienie cebulek włosów.

Rozwiązanie: Częstsza zmiana fryzury lub rzadsze związki włosów w ciasne upięcia.