

# Co należy wiedzieć o włosach

Często bywa tak, że ten, kto ma włosy proste, chce mieć kręcone; ten, kto ma kręcone, chce mieć proste; szatynka chce być blondynką i odwrotnie.



Włosy to nie tylko to, co widzimy na zewnątrz – to część naszego organizmu, która reaguje na wiele zmian zarówno zewnętrznych, jak i wewnętrznych.

Włos to zrogowaciała substancja zbudowana z keratyny, zawiera między innymi wodę, tłuszcz, witaminy, aminokwasy, mikro- i makroelementy. Składa się z korzenia i łodygi.

Korzeń znajduje się w skórze i tu gruczoły łojowe odpowiedzialne są za przetłuszczanie się włosów, tu występują też wiązania, od których zależy skręt włosów, a także melanina (barwnik włosowy nadający kolor włosom) i cebulka – jedyna żywa część włosa, od której zaczyna się jego wzrost.

Na zewnątrz znajduje się łodyga, która pokryta jest bezbarwnymi łuskami nachodzącymi na siebie. Jeśli włos jest zdrowy, to łuski są zamknięte, jeśli zaś pojawiają się problemy z włosami, to znaczy, że łuski się rozchyliły i do wnętrza włosa dochodzą szkodliwe dla niego substancje.

Należy także pamiętać o tym, że wiele rzeczy uwarunkowanych jest genetycznie. Włosy reagują na stres, zmęczenie, chorobę, tryb życia, dietę itp.

# Jak postępować z włosami dziecka

1. **Włosy dzieci są bardzo cienkie i delikatne, dlatego trzeba je odpowiednio pielęgnować.** Podczas mycia należy używać szamponów dla dzieci, ponieważ są one łagodniejsze i hipoalergiczne.
2. **Włosy dzieci wystarczy myć raz w tygodniu,** ponieważ gruczoły łojowe nie wydzielają jeszcze zbyt dużej ilości łoju.
3. Nie należy stosować odżywek, masek i innych tego typu kosmetyków, ponieważ włosy dzieci nie potrzebują na razie dodatkowej pielęgnacji. Kosmetyki te mogą jedynie obciążać delikatne włosy.
4. Jeśli występują trudności z rozczesywaniem włosów, można zastosować spray ułatwiający rozczesywanie, który rozprowadzamy na wilgotnych włosach po myciu.
5. Podczas mycia nie należy stosować zbyt ciepłej wody, bo może ona podrażnić skórę głowy dziecka. Należy też pamiętać, że chłodna woda zamyka łuski włosowe, co dobrze wpływa na ich kondycję.
6. **Po myciu nie należy pocierać włosów ręcznikiem,** ponieważ odkleja to łuski włosowe i uszkadza płaszcz ochronny; nadmiar wody wygniata się w ręcznik.
7. Dobrze, by włosy dzieci schły w sposób naturalny, bez dodatkowego źródła ciepła z suszarki, ponieważ wysusza ona włosy i może spowodować ich elektryzowanie się.
8. **Włosy powinno się rozczesywać od końcówek do nasady,** nie szarpiąc ich, szerokim grzebieniem lub szczotką z miękkiego włosa.
9. Co parę miesięcy dla lepszego wyglądu i odświeżenia włosów powinno się podcinać końcówki, ponieważ z czasem stają się one rozdwojone i suche, mogą się płatać. Dzieje się tak na przykład z powodu

Firmy kosmetyczne prześcigają się w formach produktów pielęgnacyjnych. Wchodząc do drogerii, nie wiemy, czy wybrać specyfik mający ładne opakowanie, zapach, kolor, cenę itp. **Należy zawsze zapoznać się z etykietką**, składem, działaniem, a w razie wątpliwości zapytać sprzedawcę i zastanowić się nad wyborem szamponu lub odżywki odpowiedniej do swoich spostrzeżeń.

### PODZIAŁ JEST BARDZO PROSTY I WARTO GO POZNAĆ:

∞ **szampony** dzielimy na mydlane, oleiste, pudrowe, detergenty, lecznicze i dwufunkcyjne

∞ **odżywki** dzielimy na odżywki ze spłukiwaniem i bez spłukiwania

∞ **inne produkty** poprawiające wygląd włosów to na przykład maski, balsamy, spraye, jedwabie, emulsje i ampułki.

✓ Obecnie popularność zyskuje **szampony pudrowe**, które stosuje się na włosy suche bez użycia wody i wyczesuje się brud, kurz wraz z pudrem.

Są to jednak produkty, które możemy nazwać awaryjnymi – nie nadają się do codziennego stosowania, można je zabrać na wakacje, w podróż, gdy musimy się szybko odświeżyć.

✓ Najpopularniejsze są **szampony detergenty** dostępne w każdym sklepie – te do codziennego stosowania, które są łatwe w użyciu, dobrze się pienią i skutecznie oczyszczają włosy.



✓ **Dwufunkcyjne**, czyli dwa w jednym (szampon z odżywką), to kosmetyki dla tych, którzy nie lubią tracić czasu na mycie – spłukiwanie – nakładanie odżywki – ponowne spłukiwanie. Zdania co do ich skuteczności są podzielone.

- ✧ **rozmaryn** wzmacnia cebulki włosowe, zapobiega wypadaniu włosów, nadaje połysk



- ✧ **rumianek** pielęgnuje włosy, chroni przed łupieżem, łojotokiem, wypadaniem, łamaniem się, nadaje włosom elastyczność, połysk, ma właściwości rozjaśniające



- ✧ **rzodkiew czarna** stosowana jest do włosów przetłuszczających się, leczy łupież, łojotok, łysienie, nadaje zdrowy wygląd

- ✧ **skrzyp polny** wzmacnia włosy, zapobiega ich wypadaniu i przetłuszczaniu się, chroni przed łysieniem i łupieżem



- ✧ **szałwia** pobudza porost włosów, leczy zmiany skórne, łupież, zakrywa siwiznę



- ✧ **tatarak** wzmacnia cebulki włosowe, przeciwdziała łojotokowi, łupieżowi, wypadaniu włosów, nadaje zdrowy wygląd

- ✧ **topola** pielęgnuje włosy suche, łamliwe, zapobiega wypadaniu, nadaje połysk