Автор: admin
05.10.2013 11:06 -

Как подольше сохранить волосы?

Сегодня такие проблемы, как выпадение волос и облысение, стоят очень остро. Плохая экология, наследственность, стрессы и другие причины познакомили с этими недугами не только мужчин, но и женщин.

На днях прочитала анекдот: *«Приходит лысеющий мужчина в аптеку и просит:*
– Дайте мне что-нибудь, что сохранит остатки моих волос.
– Возьмите эту замечательную коробочку».

Но не стоит отчаиваться. В жизни (не в анекдоте) можно сохранить волосы не в коробочке, а на голове, нужно только не пускать все на самотек. Первое и самое главное правило – сразу же после того, как обнаружили сильное выпадение волос или залысины, срочно обращайтесь к дерматологу. А вместе с лечением, назначенным доктором, можно пользоваться и народными средствами, чтобы улучшить эффект.

Лекарственные травы успешно используются при облысении, вызванном сухой или жирной себореей (перхотью). В тех же случаях, когда речь идет о генетическом облысении (например, отец облысел в 35 лет и сын начинает лысеть в это же время), эффект от лечения травами незначительный.

Ускоренное выпадение волос может быть обусловлено либо заболеванием, либо недостаточным уходом за волосами. Из заболеваний, сопровождающихся выпадением волос, нужно помнить о сахарном диабете, патологиях щитовидной железы и желудочно-кишечного тракта.

В среднем за сутки у здорового человека выпадает 80-100 волос. Возрастное старение кожи головы, как и кожи лица, наступает быстрее под воздействием холода, ветра, жары и солнечных лучей. Большой вред наносит волосам привычка ходить с непокрытой головой в холодную погоду – от этого волосы становятся ломкими, хрупкими и тусклыми.

Тугие прически, частые завивки, использование химических красителей, сушка феном,

нерегулярное и редкое мытье головы также не способствуют сохранению здоровых волос. А при редком мытье головы происходит разложение жира и пота, усиленное размножение бактерий и нарушается питание. Считается, что голову нужно мыть не реже 3 раз в неделю, даже при сухих волосах. После физической работы и в жаркое время года волосы моют еще чаще.

Ну, а теперь непосредственно к народным средствам от облысения. Одно из самых действенных (даже в запущенных случаях) – смазывать пораженные участки 3 раза в неделю (через каждые 2 дня) соком свежих корней хрена. После нанесения сока хрена ощущается сильное жжение. В этом и состоит основной эффект – кровь приливает к коже, питает отмирающие волосяные луковицы, и они реанимируются. Аналогичный метод – намазывать пораженные участки или красным вином, или соком чеснока, или лука. При этом одной процедуры, конечно, недостаточно, чтобы сохранить волосы, нужно проявить усердие.

Важную роль также играют шампунь и расческа. Шампунь должен быть специализированным – против выпадения волос. Хороший эффект имеют шампуни с экстрактом чайного дерева. Расческа должна быть из натурального материала (дерева), а щетка – из натурального ворса. Расчесывать волосы необходимо ежедневно по несколько раз, обязательно на ночь, по тридцать расчесываний в каждую сторону. Это своеобразный массаж головы.

И напоследок хочется утешить тех, кто уже давно лишился волос, и реанимировать их просто невозможно. Во-первых, сегодня есть много вариантов искусственного восстановления волос. А во-вторых, дорогие мужчины, многие дамы считают лысину сексуальной.

Автор - **Ирина Романова**
Источник