4 خطوات لشعر يتنفس تحت الحجاب

غطاء الرأس قد يكون من أهم الوسائل والطرق التي تمكّنك من الحفاظ على رونق شعرك وصحّته في أيام الشتاء البارد، كما يقوم بحماية الشعر من الأشعّة فوق البنفسجية الضّارة، وبالتالي فإنّ شعرك تحت الحجاب يكون محمياً بنسبة 90%.

برأيك، هل يمكن لغطاء الرأس أن يؤذي الشعر؟ تابعي التفاصيل حتى تعرفي أكثر. بالتأكيد نعم، فعادات السيدات اليومية قد تسبّب أضراراً بالغة لشعرك دون أن تشعري؟. لذا نقدم إليك هذه الخطوات الأربع للحصول على شعر صحّي ومحميّ تحت الحجاب دون أيّ أضرار:

1- قبل الاستحمام

قبل الاستحمام، يفضّل أن تقومي بتنفيذ قناع طبيعي لشعرك يعتمد في أساسه على البيض وزيت الزيتون، فهما من أكثر المكوّنات التي ترطّب الشعر وتحارب جفافه، إذ يمكنك أن تمزجي صفار بيضة مع ملعقتين من زيت الزيتون وكوب من الماء الدافئ، ثم ضعي المزيج على شعرك قبل الاستحمام بساعة مع تغطيته

بالغطاء البلاستيكيّ.

2- عند الاستحمام

يشترط ألا تضعي الشامبو على أطراف الشعر، اكتفي بوضعه على فروة رأسك، والرغوة ستقوم بمهمّة تنظيف الشعر دون إزالة جميع الزيوت الطبيعية المخزّنة فيه.

3- بعد الاستحمام

قومي بوضع القليل من السيروم على راحة يديك، ثمّ افرديه على خصلات الشعر، وخلّلي شعرك بين أصابعك، واتركيه ليجف في الهواء الطّلق. وإذا كانت لديك رغبة في الخروج من المنزل، تجنّبي تغطية شعرك وهو مبلّل. ويمكنك في هذه الحالة أن تجفّفي شعرك بالمجفف الكهربائيّ، ولكن على الدرجة المتوسطة، ولا توجّهيه على بقعة واحدة من الشعر لفترة طويلة. وبعد الانتهاء، إذا وجدت أنّ شعرك أصبح متطايراً، يمكنك مسحه بالقليل من الكريم العادي على أطراف الشعر فقط.

4- عند ارتداء غطاء الرأس، احرصي على ارتداء الأحجبة المصنوعة من الحرير، فالحرير يعتبر من أكثر الأقمشة اللطيفة على الشعر ومن أقلّ الأقمشة التي تحتكّ بالشعر وتسبّب له التساقط. وإذا قمتِ باستبدال غطاء الرأس بالقبّعات الشتوية، فمن الأفضل أن تقومي باختبار القبعات المبطّنة بالقماش القطنيّ.