

Πώς να φαίνονται τα μαλλιά μας υγιή και λαμπερά όπως μετά το κομμωτήριο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Τα μαλλιά για την γυναίκα είναι ένα από τα βασικά στοιχεία που συνθέτουν τη γοητεία και την ομορφιά της! Είτε έχετε επιλέξει το μακρύ και μοιραίο look, είτε προτιμάτε πιο κοντά κουρέματα, το μυστικό βρίσκεται στην λάμψη που εκπέμπουν τα μαλλιά σας, κάτι που μας προσφέρει μια επίσκεψη στο κομμωτήριο.



Τι γίνεται όμως όταν τα κομμωτήρια είναι κλειστά (όπως το προηγούμενο διάστημα) ή αν οι υποχρεώσεις μας δεν μας επιτρέπουν να τα επισκεπτόμαστε

συχνά; Κι αν στο μέλλον ακολουθήσει κι άλλο lock down; Μήπως ήρθε η ώρα να μάθουμε να περιποιούμαστε τα μαλλιά μας και μόνες μας;

Λουστείτε σωστά

Τα λαμπερά μαλλιά εξαρτώνται από δύο παράγοντες: από την ενυδάτωση κι από την υγεία της τρίχας. Όταν η εξωτερική επιφάνεια της τρίχας είναι κατεστραμμένη, τα μαλλιά φαίνονται θαμπά ενώ όταν είναι λεία, αντανακλούν το φως και αυτό τους δίνει μια υγιή εμφάνιση. Το λούσιμο βοηθά την τρίχα να παραμένει υγιής, αρκεί να γίνεται σωστά:

Να λούζεστε με χλιαρό νερό γιατί το ζεστό ξηραίνει τα μαλλιά.

Να χρησιμοποιείτε σαμπουάν χωρίς sulfate που δεν «γδύνει» τα μαλλιά από τα φυσικά τους έλαια.

Να χρησιμοποιείται Το conditioner μόνο στις άκρες των μαλλιών σας.

Φερθείτε στα μαλλιά σας με το... μαλακό

Μετά το λούσιμο, τα μαλλιά σας χρειάζονται φροντίδα και απαλές κινήσεις. Μην τα ταλαιπωρείτε, ούτε να του φέρεστε βάνουσα:

Στεγνώστε τα μαλλιά σας ταμποναριστά με μια πετσέτα με μικροΐνες που θα απορροφήσει το νερό χωρίς να σπάσει την τρίχα και χωρίς να τα τρίβετε.

Έπειτα ξεμπλέξτε τα με μια χτένα με αραιά δόντια.

Καλό είναι να αποφύγετε το σεσουάρ για να στεγνώσετε τα μαλλιά σας.

Εάν είναι ανάγκη να χρησιμοποιείτε πιστολάκι για τα μαλλιά, βάλτε το σε χαμηλή θερμοκρασία και προστατέψτε τα με ένα ένα σπρέι κατά της θερμότητας.

Δυναμώστε τα!

Μία φορά την εβδομάδα χρησιμοποίησε μια θρεπτική μάσκα με φυτικά εκχυλίσματα που αποκαθιστούν την ελαστικότητα και επαναφέρουν τη λάμψη στην τρίχα. Μπορείτε να φτιάξετε τέτοιες μάσκες μόνες σας στο σπίτι με υλικά που υπάρχουν στην κουζίνα σας:

Ωμό λάδι καρύδας για ενυδάτωση: απλώστε σε στεγνά μαλλιά ωμό λάδι καρύδας και μαζέψτε τα σε έναν ψηλό κότσο. Αφήστε το να δράσει για περίπου μισή ώρα κι έπειτα λουστείτε.

Μαύρο τσάι για λαμπερά μαλλιά: σε ένα λίτρο νερό βράστε 4 φλούδες λεμονιού μαζί με 4 φακελάκια μαύρο τσάι. Το αφήνετε να κρυώσει για περίπου 2 ώρες, το σουρώνετε σε ένα μπουκάλι, προσθέστε τον χυμό από 4 λεμόνια και το αφήνετε για 36 ώρες. Μετά το λούσιμο, χρησιμοποιήστε τη μισή δόση στο τελευταίο ξέβγαλμα.

Μάσκα από αβοκάντο και μέλι για όλους τους τύπους μαλλιών: κόψτε ένα γινωμένο αβοκάντο στην μέση και βάλτε σε ένα μπολάκι το εσωτερικό. Έπειτα, πρόσθεσε μια κουταλιά της σούπας μέλι και ανακάτεψε τα δύο υλικά πολύ καλά. Απλώστε το μείγμα στα μαλλιά σας και αφήστε το να δράσει για περίπου 20 λεπτά.

Μάσκα από μηλόξυδο και λεμόνι για λιπαρά μαλλιά: γεμίστε το 1/4 ενός φλιτζανιού με μηλόξυδο και πρόσθεσε την τριμμένη φλούδα ενός ολόκληρου λεμονιού. Στην συνέχεια, αφού ανακατέψετε καλά τα υλικά, απλώστε το μείγμα σε όλα σας τα μαλλιά και αφήστε το να δράσει για 15 λεπτά.

Μάσκα από ελαιόλαδο και αυγά για ξηρά μαλλιά: ανακατέψτε τρεις κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο με δύο αυγά και έπειτα βάλτε το μείγμα στα μαλλιά σας. Περιμένετε 20 λεπτά και στην συνέχεια να τα ξεπλύντε με χλιαρό νερό.

Για μαλλιά χωρίς όγκο: ανακατέψτε 1 φλιτζάνι ξεθυμασμένη μύρα με με 3 φλιτζάνια νερό και λούστε τα μαλλιά σας, Ξεπλύνετε πολύ καλά.

Για περισσότερο όγκο: φτιάξτε έναν πολτό από λιωμένες μπανάνες και απλώστε τον σε υγρά μαλλιά. Αφήστε τον να δράσει για 15 λεπτά κι έπειτα λουστείτε.

Πηγή: mama365.gr