منوعات, استراحة الخليج

15 يوليو 2021 23:16 مساء

مشاكل شعر المرأة.. تنغيص لمتعة الإجازة

تحقيق: مها عادل

يتسبب المناخ الحار والرطب في الصيف بالإضرار بالشعر والبشرة، وقد تبقى آثار هذا الضرر فترات إذا لم تعالج بالشكل الأمثل، وفي الوقت المناسب. وعادة ما ينصح المختصون بمعاملة الشعر بمنتهى الاهتمام لأنه بطبيعته يحتاج إلى عناية دائمة ويمكن أن يتأثر بعوامل المناخ أكثر من أي جزء في الجسم، ويمكن للحرارة الشديدة، وأشعة الشمس فوق البنفسجية، والهواء الجاف والساخن، أن تؤثر سلباً في رونق الشعر وجماله، وقد تتسبب بنزع الرطوبة من خصلات الشعر وفروة الرأس ليتحول إلى خصلات جافة وضعيفة، ويعتبر جفاف الشعر والهيشان من أكثر الشكاوى التي تتكرر على ألسنة السيدات في تجمعاتهن الواقعية، أو الافتراضية عبر «جروبات السوشيال ميديا»، حيث يتم تبادل التجارب والآراء والنصائح غير الموثوقة بينهن، الأمر الذي قد يعرّض البعض لمزيد من الآثار السلبية التي قد تُعرّض الشعر لمشاكل أكثر خطورة، مثل تساقط الشعر، وضعف البصيلات، والإضرار بفروة الرأس. يقول لورانس حديفة، خبير الشعر اللبناني: أنصح كل سيدة بمراعاة احتياجات شعرها واختيار «الشامبو» المناسب لطبيعة شعرها، مع عدم استخدام جهاز «تمليس الشعر الحراري» في البيت بشكل متكرر خلال فصل الصيف، لأنه يعرّض الشعر لإجهاد بالغ

بسبب تعرضه لحرارة مباشرة، إضافة إلى أن الشعر في فصل الصيف يتعرض بالفعل لعوامل الطقس الأخرى التي تؤثر فيه مثل الشمس والرطوبة، وغيرهما.

طرق التصفيف وعن أفضل طرق تصفيف الشعر في فترة الصيف يقول: يفضل أن تختار المرأة تسريحة الشعر المفرود، أو المنسدل، والبعد عن تصفيفه بشكل مجعّد، حيث إن فترة الصيف تقترن عادة بالوجود فترات طويلة على الشواطئ، وتكون عملية غسل الشعر سريعة، وأحياناً في الهواء الطلق، أو في حمامات الشواطئ، ولا تتوفر الفرصة للغسل الجيد والترطيب المستمر للشعر بعد السباحة، ولذلك يستحسن أن يكون الشعر مفروداً يسهل تنظيفه بشكل أسرع، ويستطيع الماء أن يتخلل كل خصلات الشعر، وفروة الرأس بشكل جيد، ويحافظ على الشعر صحياً ولامعاً. بينما الشعر المجعد يحتاج إلى اهتمام أكثر للعناية به ويحتاج إلى مستحضرات خاصة للعناية به، فهو أكثر تأثراً بعوامل الطقس والشمس والطبيعة أكثر من الشعر العادي.

وعن كثرة استخدام «الكيرياتين» و«البروتين» وغيرها من المكونات كعلاجات للشعر وتمليسه يوضح حديفة: «أنصح كل سيدة تستخدمها بالتأكد من خلو هذه المكونات تماماً من مادة «الفورمالين» قبل استخدامها، وأن تتأكد أنها مكونات ذات مواصفات جيدة وأصلية حتى لا تتعرض فروة الرأس والشعر لأضرار بالغة، وأحياناً قد يتعرض مصفف الشعر الذي يضعها لها أيضا لتأثيرات ضارة، ولكننا لابد أن نعترف بأنها أصبحت مكونات شائعة الاستخدام لا يمكن تجاهل انتشارها والإقبال عليها.

الكلور والملح

تقدم لنا لبني حماد، خبيرة التجميل ومصففة الشعر مجموعة من النصائح والحلول للعناية بمشاكل الشعر في فصل الصيف، وتقول: يعتبر تعرض الشعر للكلور وملح مياه البحر من أبرز العوامل التي قد تسبب ضرراً بالغاً بالشعر في فصل الصيف والتي قد تعانيه السيدة فترة طويلة بعد الإجازة الصيفية للبحث عن علاج للآثار الضارة التي تظهر على خصلات شعرها من جفاف وتساقط وتشابك وهيشان، ولهذا ننصح عادة بترطيب الشعر جيداً، وتغطيته بقناع الاستحمام قبل السباحة، ثم غسل الشعر بالماء العذب فوراً بعد الخروج من البحر، أو المسبح. ويفضل الالتزام بالمظهر الطبيعي للشعر، وتركه على طبيعته من دون اللجوء لمجفف الشعر الكهربائي، أو المكواة الكهربائية، أو غيرهما، خاصة في موسم الصيف وتعرّض الشعر لعوامل طبيعية أخرى، مثل الشمس الحارقة والرطوبة العالية، وغيرهما من المؤثرات التي تسبب مشاكل الشعر الموسمية الشهيرة في فصل الصيف، مثل تساقط الشعر بشدة والذي يتطلب معه إجراءات طويلة للعناية به، وعمل ماسكات مغذية أسبوعياً بخلطات من عدة زيوت مختلفة حسب نوع و طبيعة الشعر، مثل: زيوت الأرغان، واللوز، والجوجوبا، وغيرها الكثير.

وتضيف حماد: من العادات الضارة التي ترتبط بفترة الصيف وارتياد الشواطئ هي الأفراط في غسل الشعر حيث يمكن

للإفراط في غسل الشعر أن يتسبب بالتلف، خاصة للشعر الملون والمعالج كيميائياً، أو الشعر شديد الجفاف، أو المسامي بطبيعته. ويؤدي غسل الشعر يومياً إلى نزع الزيوت والبروتينات الطبيعية من الشعر، والضرورية للحفاظ على صحة الشعر وفروة الرأس.

وتؤكد حماد: من الضروري شرب كميات كبيرة من الماء في فصل الصيف حيث إن ترطيب الشعر الصحي يبدأ من الداخل؛ لذا يعمل الماء الكافي على ترطيب خلايا الشعر، ولتحقيق الترطيب الصحي، كما ينصح باستخدام المكونات التي تحتوي على مستخلصات الصبار لتحقيق الترطيب العميق الذي يساعد على استعادة حيوية الشعر وترطيب ومرونة الخصلات الجافة بفعالية ويقلل الهيشان.

"حقوق النشر محفوظة "لصحيفة الخليج .2024 ©