

راه های شگفت انگیز برای محافظت از موهایتان در تابستان

برای اینکه بتوانید از موهایتان در تابستان در مقابل نور خورشید محافظت کنید مطلب زیر را بخوانید تا نکات جالبی را فرا بگیرید و بتوانید از موهایتان محافظت کنید. آفتاب و نور خورشید در تابستان نه تنها می تواند باعث آسیب رساندن به پوستتان شود بلکه می تواند در سلامت شما نیز موثر باشد.

محافظت از مو در تابستان

قرار گرفتن در مقابل نور خورشید و اشعه های مضر UV به خصوص در فصل تابستان می تواند در موهایتان تأثیرگذار باشد و باعث آسیب رساندن نیز بشود به این علت ما امروز قصد داریم تا یک لیست مهم و تأثیرگذار موثر در پوست سر و موهای تان را به شما ارائه بدهیم تا از آنها با استفاده از این لیست مهم در برابر اشعه های UV مضر در فصلهای گرم محافظت کنید.

گزینه های این لیست که از قبل تست شده اند می توانند یک دنیا تغییرات در سلامت موهای شما در فصل تابستان ایجاد کنند به عبارت دیگر به سلامت موهای شما کمک میکنند این گزینه ها نه تنها به موهایتان کمک می کند بلکه به شما از این نظر هم اطمینان می دهند که موهایتان را در حین عرق کردن و رطوبت بیش از حد از دست نخواهید.

توصیه های مهم مراقبت مو در تابستان

7 نکته مهم مراقبت مو در تابستان

اینک ما این گزینه را با کمی توضیح به شما ارائه میدهیم و برای اطلاع از این موارد مهم به خواندن مطالب زیر بپردازید.

1- استفاده از روسری برای مراقبت از مو :

قبل از اینکه در فصل گرم تابستان پا به بیرون بگذارید توصیه می شود که از روسری به جای مقنعه استفاده کنید تا از فولیکول و پوست سرتان در مقابل نور خورشید و اشعه های مضر UV محافظت کرده باشید و هیچ آسیبی از این طریق موهای شما وارد نمی شود و از آنجایی که استفاده از کرم های ضدآفتاب بر روی پوست سر یک امری غیرعقلانه و غیرعادی می باشد توصیه می شود که حتما از روسری استفاده کنید.

استفاده از روسری در فصل تابستان

2- استفاده از ماسک مو :

برای حفاظت از موهایتان در مقابل نور خورشید و اشعه های مضر UV توصیه می شود که از ماسک های مو استفاده نمایید تا در سلامت موهایتان کمک کرده باشید ماسک های مو که 100 درصد طبیعی هستند می توانند در حفاظت از موهایتان موثر باشند.

3- استفاده از محصولات مفید موی سر :

منظور از استفاده محصولات مفید موی سر این است که از محصولاتی که در مقابله با مضرات اشعه های UV ایستادگی می کنند و اجازه ی آسیب رساندن به موی سر تان نمی شوند .

سعی کنید در طی تابستان که موهای سر تان در مقابل تابش مستقیم نور خورشید است از محصولات مقاوم در برابر اشعه های UV استفاده کنید .

4- استفاده از برخی روغن ها برای مو :

در این روش شما می توانید با استفاده از یک قاشق چای خوری **روغن نارگیل** را در مایکروویو گرم کرده و سپس موهای خود را با آن بشوید .

می توانید از روغن نارگیل و هم از روغن زیتون استفاد کنید . مطمئن باشید که این گزینه یکی از مهم ترین گزینه ها می باشد که از ایجاد مضرات اشعه ها روی پوست سر و موی سر جلوگیری می کند و به طور کامل از موهای شما حفاظت می کند و از آسیب رساندن به موی سر خود جلوگیری می کنید .

فواید استفاده برخی روغن ها

5- فواید استفاده از سس مایونز برای موها:

طبق آخرین مطالعات دانشمندان برای اینکه از نور خورشید و مضرات اشعه های UV در امان باشید توصیه کرده اند که از *سس مایونز* استفاده کنید تا شاهد ایجاد یک دنیا تغییرات در موی سر و پوست سر خود شوید و هیچ ترسی از قرار گرفتن زیر نور خورشید نداشته باشید .

برای استفاده از سس مایونز کافی است که کمی سس مایونز را به سر خود بمالید و **ماساژ** دهید پس از 15 دقیقه آنرا بطور کامل بشوید و از مضرات اشعه های UV و نور خورشید در امان باشید .

6- استفاده از ژل آلوئه ورا برای مو:

ژل آلوئه ورا یک منبع بزرگ آنتی اکسیدان است که به طور موثر می تواند آسیب های ناشی از اشعه خورشید را خنثی سازد این به گونه است که شما موظف هستید هفته ای یکبار ژل آلوئه ورا را به سر خود بمالید و به مدت 20 دقیقه اجازه ماندن بدهید تا تاثیر خودش را بگذارد و پس از 20 دقیقه سر تان را با آب سرد بشوید و مطمئن باشید که این عمل آسیب های ناشی از اشعه ها را به طور مستقیم خنثی می کند .

نکات مهم برای مراقبت از مو در تابستان

7- استفاده از شامپوهای مخصوص موهای خشک :

استفاده از شامپوهای مخصوص موهای خشک یک اشتباه بزرگی است که بسیاری از ما در طول تابستان مرتکب آن می شویم این اشتباه به نوبه خود می تواند دراز بین بردن فولیکول ها موثر و پوست سر و موهای تان در معرض آسیب های شدید قرار دهد بنابراین سعی کنید تا در فصل تابستان از شامپوهای مخصوص موهای خشک استفاده نکنید تا به موهای خود و فولیکول سر تان آسیبی نرسانید .