

夏末秋初最需要 護髮

陳碧霞

夏天已接近尾聲，而妳的頭髮也開始為承受了過度的陽光、海風、付出代價；同時，妳因為經常游泳而不斷的洗髮和用吹風機吹髮。這些都會破壞原本健康的頭髮；而染髮、燙髮、溫度改變，甚至污染和塵垢，也都會使頭髮失去光澤。如果妳不希望擁有滿頭亂草，那麼請儘快開始保養吧！

頭髮外膜剝落

首先，妳應該知道，每一束頭髮都有保護的外層，稱為「外膜」（在顯微鏡下看，很像重疊的魚鱗層）。當這些「鱗膜」變得多孔，或被前述之一的情況所破壞，它們就會破裂而脫落，失去了保護作用。好的當務之急，是重新恢復保護的外層。而方法則為：護髮、潤絲以及其他特殊處理。

家庭式處理

油脂和蛋白質護髮劑，可以替髮莖增加保護外膜，使它不致遭受破壞，還能恢

復頭髮光澤，使得頭髮中性化。

一般而言，所有的頭髮都帶有正電或負電；帶負電的頭髮是鬆散的，護髮劑使這些頭髮中性化，使頭髮變得較為緊密、服貼。

此外，潤髮乳也可為頭髮添加保護層——使它柔軟、不易打結，並且容易處理。尤其乾性頭髮不可缺的。

分叉頭髮處理

髮梢分叉是另一個常見的頭髮問題，最好方法是修剪頭髮除去分叉。此外，也可用頭髮復原劑，為髮莖添加外膜，保護它不致遭受更進一步的破壞，並使分叉的髮梢看來柔潤些。

吹風機的使用

吹髮時必須不斷地移動吹風機，使熱力不致集中在一個地方太久，另外，頭髮還有潮濕的時候，就應立即停止吹風，對頭髮的傷害較小。（根據美髮專家解釋，吹風機破壞頭髮，通常是發

生在吹風的最後幾分鐘）。

妳若經常使用吹風機吹頭髮，最好在開始吹之前，先在頭上噴點保護的藥水，則可防止頭髮乾裂和鬆縮。

柔軟的頭髮

妳的頭髮柔軟而稀疏嗎？這種的髮質可能還是很不錯的。如果妳的頭髮特別柔軟，却因遭到髒污和油垢的侵襲，而不成髮型。最好的解決辦法是，經常用溫和的洗髮精洗頭，並使用含天然的潤髮劑，它可為頭髮添加外膜，顯得較為濃密、富彈性，並且光澤亮麗。

護髮和潤絲

真正乾燥或遭到破壞的頭髮，可能需要強力的護髮處理。護髮劑須在頭上停留二十分鐘，或者更久些，並且因蒸氣幫助護髮劑滲透外膜，進入髮莖。

一個月做一次即可（不可太多），只要做過一次，很快就會看到改善的效果。

◆