

選擇整髮器馬虎不得

文/蘇曼

頭髮，就像指紋，微笑和簽名一樣，代表你的風格和個性。爲了讓你保有一頭烏黑亮麗的秀髮，選擇整髮器時，可就得格外小心了。

20世紀的新女性可說是集幸運在一身，有各式各樣的整髮器任君選擇。但是，錯誤的決定卻會傷害頭髮，例如，纖細而染過的頭髮，會因過度使用熱髮卷而遭破壞。以下的分析和意見，能幫你選擇適合髮質的整髮器。

使用梳子髮刷的要訣

梳子與髮刷和女性幾乎形影不離，很多女性喜歡隨身帶一把小梳子，隨時整理頭髮，但卻很少女性知道正確的梳頭方法。

△梳子——對於化學處理過的頭髮（如燙髮或染髮）、纖細的髮絲（容易打結），以及卷曲的頭髮而言，寬齒梳最理想。

梳頭時切忌蠻橫用力，一定要耐著性子輕輕梳。如果你硬要梳開糾結的頭髮，就會嚴重傷害頭髮，使頭髮斷裂、分叉。此外，梳頭的方向也必須注意，不可從頭皮往下梳，而應從髮梢開始梳；用手抓一小撮頭髮，先把下面梳通，然後再向上移，慢慢梳到髮根，梳子自然容易穿滑過頭髮。別忘了要一小撮一小撮地梳，千萬不可猛拉頭髮。

△髮刷——正確的刷頭髮，是從髮根刷到髮梢。刷時要用力，以使頭髮光亮，並將自然的油脂帶到髮梢。同時腰都必須

向前彎，這是一種很好的運動，能促使血液流到頭部，增進頭皮的血液循環。刷頭髮的另一個好處是，可增加頭髮的彈性，但是千萬不能刷濕的頭髮，因爲當濕髮伸展到極端時，就會失去自然的彈性，變得脆弱而易於受傷。

天然柔軟鬃刷（豬鬃或馬毛製）最接近髮質，適合各種髮質。但如果你的頭髮長度超過二十五公分，最好選擇一把扁平或加長基座的髮刷，用有圓球形鬃毛的平刷，整理長髮。卷曲或窄的圓形髮刷較適合短髮。而堅硬的天然鬃刷則可以刷亮麗的秀髮，至於塑膠鬃刷只適合用於做髮型。

電熱整髮器的用法

爲了配合快步調的生活方式，各種電氣化整髮器紛紛出籠。不過很可惜，這些新發明往往都被濫用了。因此，新女性必須根據自己的髮型和髮質，並按照使用說明書的指示，選擇適合自己的整髮器。

△吹風機——大部份的女性都忽略吹風機上的瓦特數，殊不知這和髮質的好壞息息相關。吹風機的溫度越高，雖然頭髮乾得越快，但它的「殺傷力」也越強。吹風機過熱或太接近頭髮，是造成分叉、斷裂等傷害的主要原因。纖細頭髮的吹風機瓦數最好不超過六百瓦；正常頭髮則在八百至一千瓦之間；粗而長的頭髮（沒有經過化學處理），才可高至一千五百瓦。吹頭髮時，吹風機和頭髮至少維持20~30公

→ 分的距離。

△紅外線燈——最適合卷曲而且燙過的髮型。紅外線燈泡在電器行或美容材料行都可買到，普通插座適用。如果你的頭髮是自然卷、波浪狀，或不太複雜的髮型，使用燈照將可減少傷害。

△電髮卷——電髮卷可以使你的吹髮技術達到「職業水準」，但若使用不當，則會灼傷頭髮，為了安全起見，還是選擇捲上後會產生蒸氣的髮卷，比較保險。如果你是長頭髮，必須使用數個髮卷，與其整晚戴著卷棒睡覺，不如選擇省時方便的便髮卷。

為了避免頭髮分叉、斷裂、乾燥，一定要遵守預防措施。例如，電髮卷不能用於濕的頭髮，或是過度吹理的頭髮。而且，除非電髮卷本身已有保護頭髮的設備

——包有柔軟的海棉，防止頭髮受到拉或壓，否則每次捲髮前，都應在髮梢墊放一張薄紙，以免捲得太緊，損傷正常髮質。

△卷髮棒——如果你的頭髮染過或是非常乾燥，那麼蒸氣式卷髮棒，就是最安全的整髮器。千萬不可將卷髮棒用在濕頭髮上，因為它會使頭髮燒焦。卷髮棒捲上頭髮後，要停留幾秒鐘，如果頭髮仍然不鬆，就不必勉強，慢慢取下髮卷，以免頭髮斷裂。

△髮型梳——髮型梳適用於乾性頭髮，能使頭髮柔順易梳，而且蓬鬆，目前市面上的髮型梳本身都附有噴口，可以噴出霧水，有潤髮作用。假使你的頭髮厚而粗，髮型梳可以幫助你梳出理想髮型，但對於纖細柔軟的頭髮則效果不彰。

讀者來函

天工園 / 張鎮邦

1. 我們國內有的專家以為鉀肥施用量與果肉甜（糖）度有相關，我不敢說他們錯，但我無論由書上（五洲的果樹生理學）得知或經過驗證，磷肥與甜度亦有相關。而鉀肥較多祇是在營養生長轉變至生殖生長時，可使樹體儲存更多的碳水化合物罷了，另外，鉀肥可幫助著果，甚至幫助果實膨大，不過在缺水時施用鉀肥對提高果實甜度之效果特別顯著。
2. 要促進花芽分化，除了需打破休眠、枯水、修剪、斷根、倒裝、環狀剝皮、灌水……外，逆境生長以抑制營養生長，乃是促進花芽分化最佳環境，譬如市區

道路上的水泥縫、路邊等，有些營養不良、缺少水份、環境惡劣的小草，往往特別能開花結果，就好像從前的「苦命人」生一窩兒子一樣，這可能就是在生存危機中的機轉吧！

3. 落花落果除了因雨天太長（突轉晴時易形成剝落層，但桃樹自花授粉時反而需要綿綿細雨）、授粉不良、溫度不適、水份不穩……外，土壤肥力亦為重要因素。

歡迎同好、農友指教，若有錯誤，還請包函。