

نظافة الشعر

تعد نظافة الشعر من أهم العناصر في العناية بالشعر، بينما تعد الأملاح الناتجة من العرق، والغبار وتلوث البيئة عوامل تضر بالشعر وتعمل على ظهور قشرة الرأس، وباختلاط العوامل المضرّة بالشعر مع الدهون الطبيعية التي تغلف الشعر وفروته يصبح من الصعب التخلص منها بواسطة الماء، مما يتطلب ضرورة استخدام شامبو منظف لتحليل الدهون الطبيعية إلى جزيئات صغيرة يسهل غسلها بالماء؛ وبالتالي نضمن نظافة الشعر بدون أي أضرار، وعادة ما يوصي خبراء التجميل بغسل الشعر كل يومين لتجنب إزالة الدهون الطبيعية من فروة الرأس لأنها تمنح الشعر لمعاناً طبيعياً ومظهراً صحياً.



على الرغم من أن قشرة الشعر تعد من المشاكل الصحية البسيطة الطبيعية السهلة العلاج، إلا أنها تسبب لصاحبها الكثير من القلق خاصة عند ارتداء الملابس الداكنة اللون، فتتأثر تلك القشيرات ببساطة على الكتفين وأعلى الظهر مسببة له الإحراج والتوتر والمحاولات المتكررة لـ «نفخ هذا الفلق» عن كتفيه وقشرة الرأس، بشكل عام هي عملية طبيعية غير ضارة ولا تحمل أي درجة من الخطورة، وهي حالة شائعة جداً تصيب جميع الناس.

وتم تطوير الشامبوهات الحديثة باحتوائها على مجموعة متنوعة من المكونات تناسب جميع أنواع الشعر وحالته لتنظيف الشعر بعناية.

إذا كان شعرك قصيراً أو العكس إذا كان شعرك طويلاً ابدئي بمسح الشامبو على يديك لتضمني انتشاره بالتساوي على شعرك، دلكي الشامبو برفق على جذور شعرك مستخدم.

يجب المحافظة على نظافة الشعر وذلك باستعمال الشامبو المناسب مرتين أسبوعياً على الأقل وعليكي:

- ١- عدم استخدام أمشاط الخيز.
- ٢- عدم مخالطة المصابين بالمرض.
- ٣- من الأفضل أن يكون شعر طلاب المدارس قصيراً لأن الشعر الطويل يسهل حدوث العدوى.



قمل الرأس :

القمل حشرة صغيرة تتطفل على الإنسان وتضع بيضها الذي يلتصق بأجزاء الشعر القريبة من الجلد وهي تنغذى على دم الإنسان وتعيش حوالي شهر تضع خلاله (الصيبان) بمعدل ١٠-٥ بيضة يوميا.

من الذي يصاب بقمل الرأس:

كل شخص يمكن ان يصاب بقمل الرأس ولا يتحدد ذلك بعمر الإنسان. يعتبر قمل الرأس أكثر أنواع القمل



انتشارا بين الأطفال في مرحلة الدراسة (٣-١٠) سنوات، كما ان الإناث أكثر عرضة للإصابة عن الذكور بسبب طول الشعر.

كيف ينتشر قمل الرأس :

تنتقل عدوى الرأس للطفل بشتى الطرق منها :

١- الاتصال (الملامسة) بالشخص المصاب فعليا بالعدوى من خلال الأنشطة المختلفة من اللعب ، المشاركة في الأنشطة الرياضية، في المدارس ورياض الأطفال أو في المنزل.

٢- استعمال أدوات الشخص المصاب، ارتداء ملابسه مثل غطية الرأس والمعطف، الملابس الرياضية، أشرطة الشعر، الفوط، أو أمشاط الشعر.

٣- استخدام الأثاث، الألفحة ، الوسادة ، الأريكة ، السجادة، الدمى المحشودة ، والتي استخدمها الشخص المصاب بقمل الرأس حديثا (يومين).