

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение - Средняя общеобразовательная школа №6 г. Орла.

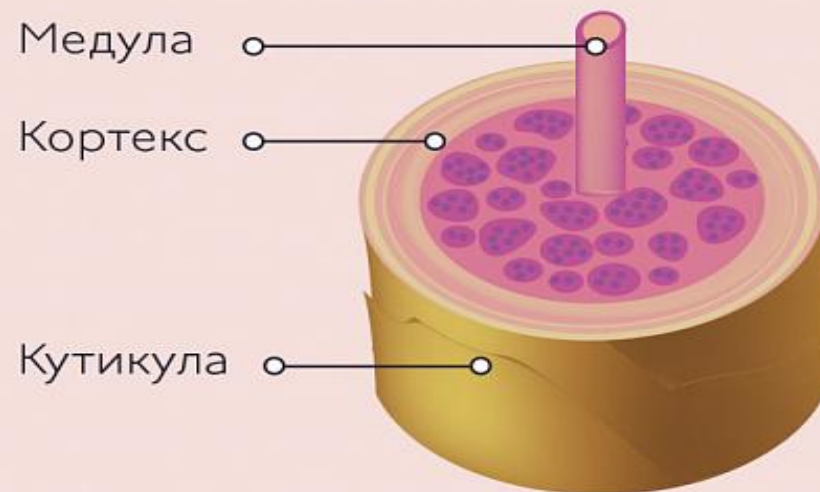
Влияние шампуня на состояние волос человека

Бабюк Валерия Викторовна



Структура волоса – это сложная система со своим особенным устройством, циклом жизни и потребностями. Он нечувствителен, потому как лишен нервных окончаний.

СТРОЕНИЕ ВОЛОСА



Типы волос

Волосы условно можно разделить на четыре типа: нормальные, сухие, жирные и волосы смешанного типа.

- **Нормальный тип волос**

Основными их признаками являются: живой блеск, они послушны, легко укладываются. Мытье данного типа волос требуется раз в 2-3 дня.

- **Жирный тип волос**

Характерным признаком жирных волос является наличие у них «жирного» блеска. Они после мытья быстро становятся жирными. Это вызвано прежде всего от активности сальных желез.

Сухой тип волос

Сухие волосы, как правило, тусклые, они легко ломаются, плохо расчесываются, чаще всего секутся на концах. Такого типа волосы сохраняют чистый вид в течении одной недели.

- **Смешанный тип волос**

Главный признак волос смешанного типа – это жирные корни и сухие ломкие концы. Это возникает чаще всего из-за повышенной активности сальных желез и недостаточным распределением жира по всей длине.

Факторы, влияющие на состояние волос:

- 1.Неправильное питание
- 2.Неправильный уход за волосами
- 3.Влияние лекарств
- 4.Нездоровый образ жизни
- 5.Эмоциональные нагрузки
- 6.Гармональные изменения и беременность
- 7.Химиотерапия
- 8.Недостаток железа
- 9.Наследственность
- 10.Плохое кровообращение в области головы
- 11.Различные заболевания



1%
пигменты



10-13%
вода



6%
липиды



72-80%
α-кератин



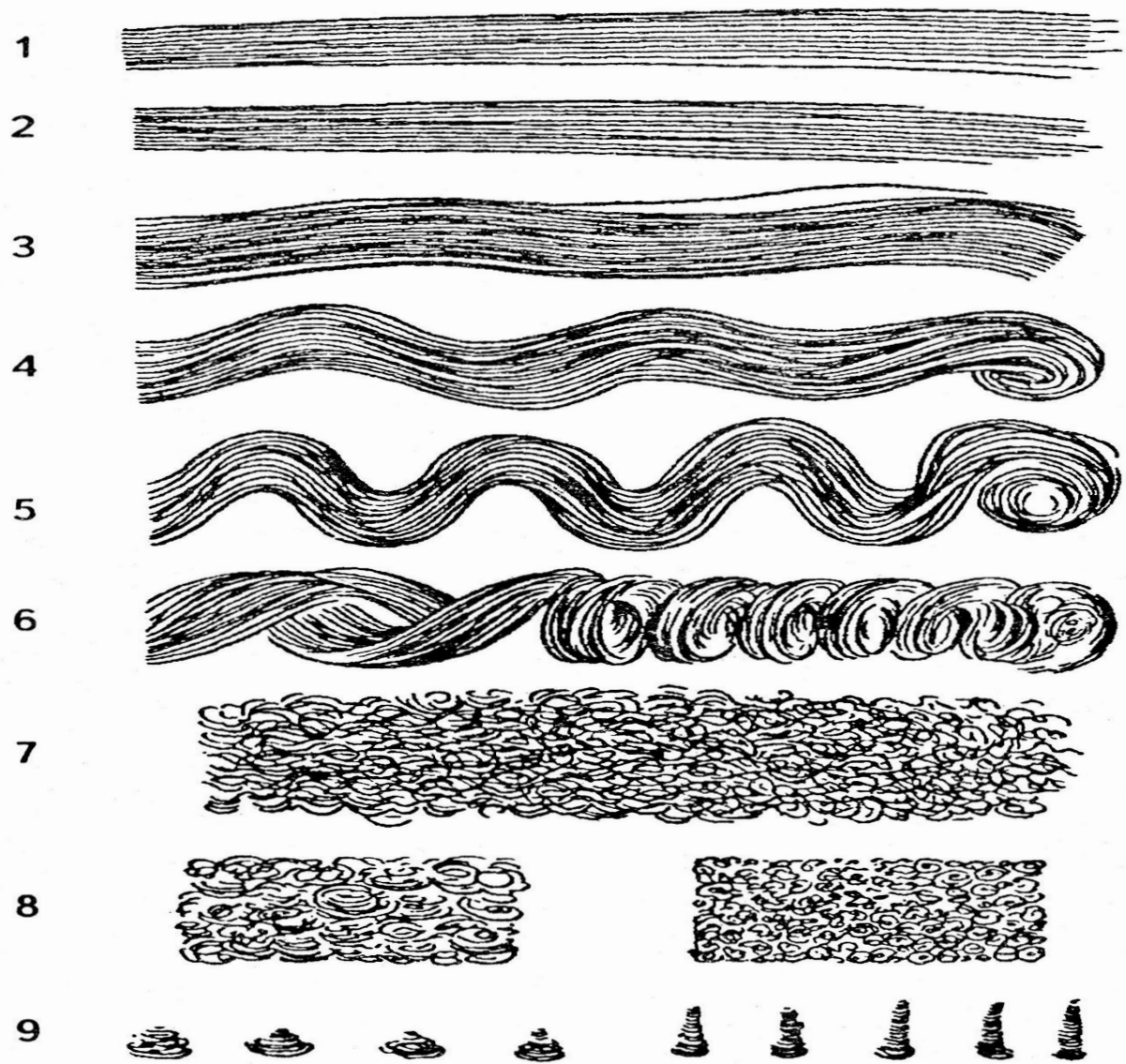
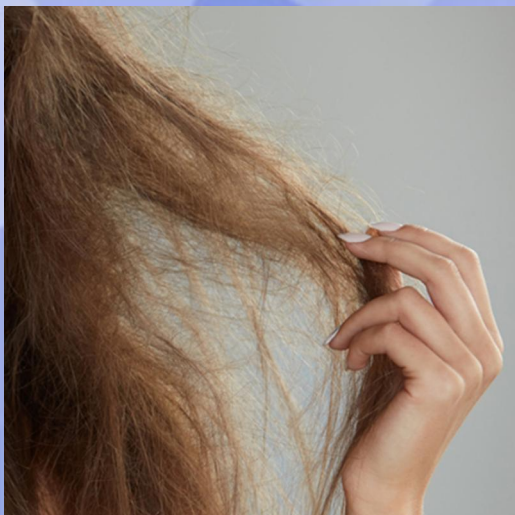


Рис. 8. Форма волос головы:
прямые (1, 2, 3), волнистые (4, 5, 6), курчавые (7, 8, 9)



Основные нехитрые правила, которых стоит придерживаться при уходе за волосами:

1. Мыть волосы необходимо по мере загрязнения. Обычно 1-3 раза в неделю (это индивидуально).
2. Лучше использовать шампунь для вашего типа волос, а не из серии "для всех типов".
во время мытья не забывайте делать массаж головы - это улучшит кровоток и питание корней волос.
3. Смывайте шампунь прохладной водой - это придаст им блеск.
4. Не держите фен близко к волосам, а также долго на одном месте, вы можете пересушить волосы, сделав их ломкими.
5. Расчесывайтесь часто. Желательно делать это деревянным густым гребнем или массажной щеткой — это улучшает кровообращение.

6. Не забывайте про правильное питание, способствующее здоровью не только всего организма, но и волос.

7. Пользуйтесь питательными масками для волос, чтобы поддерживать здоровый вид волос. Это могут быть как дорогие профессиональные средства для ухода за волосами, так и проверенные веками народные средства, которые часто оказываются не менее эффективными.

8. Тщательно выбирайте средства для окрашивания волос.

Некачественное средство для окраски может свести к нулю, все ваши старания по уходу за волосами.



Мне было очень интересно работать над этой темой. Я узнала много нового, интересного и полезного для себя. Я считаю, что вопросы, поднимаемые мною в работе, очень актуальны. Так как состояние волос отражает общее состояние здоровья организма.

Для себя я уяснила, что надо не отказываться в питании от белковой пищи, прежде чем купить средство по уходу за волосами необходимо ознакомиться с составом содержащегося. Не надо забывать, что моющие средства нужно подбирать по типу волос.

Важно знать, как правильно нужно ухаживать за волосами.

Спасибо за внимание