



DuoLife

# HAJÁPOLÁS



## Tévhitek

## Tények

- 1** A gyakori hajmosás felgyorsítja a hajhullást  
**A helyes hajmosás a fejbőr gyengéd masszírozásával és a megfelelő mosószer használatával kombinálva a legjobb módja annak, hogy javítsunk hajunk megjelenésén.** A mindennapos hajmosással serkentheted a vérkeringést, megtisztíthatod a fejbőrt, erősítheted a hajhagymákat, és ennek eredményeként támogathatod növekedésüket. Ne feledd azonban, hogy a gyakori, nem megfelelő kozmetikumokkal, túl erős tisztítószerrel, pl. SLES-el vagy SLS-el végzett hajmosás hozzájárulhat a haj gyengüléséhez.
- 2** A haj hozzászokik a kozmetikumokhoz  
**A haj nem szokik hozzá a kozmetikumokhoz.** A hatóanyagok továbbra is ugyanúgy fognak működni, táplálva, hidratálva, újjáépítve és regenerálva. Az a benyomás, hogy a kozmetikum már nem működik, nem a hozzászokásból ered, hanem a haj állapotának javulásából. Állapotuk a rendszeres, megfelelően kiválasztott ápolás hatására megváltozik és például már nem érezzük a hajhullás vagy a túlzott kiszáradás hatását. Ha a hajad szereti a változatosságot, akkor bátran használhatsz többféle sampont felváltva.
- 3** Minél több sampont/balzsamot viszünk fel, annál erősebb lesz a hatás  
Mindegyik kozmetikumot a gyártó ajánlásaival összhangban kell használni. **A nagyobb mennyiségű sampon vagy balzsam felvitele nem gyorsítja fel az ápolás hatását** - először is túlterheljük a haját, eltömítjük a hajhagymákat és leragasztjuk a fejbőrt, ráadásul feleslegesen sok kozmetikumot pazarolunk el.
- 4** A hajvégek levágása felgyorsítja a haj növekedését  
A hajnövekedést a hajhagymában lévő sejtosztódások okozzák, a kozmetikumban található tápanyagok pedig bejutnak a szőrtüszőbe. Mivel a legfontosabb folyamatok a fejbőrben zajlanak, a **hajvégek levágása nem befolyásolja a növekedésüket**, azonban a rendszeresen vágott haj hosszabbnak tűnhet, de nem azért, mert gyorsabban nő, hanem azért, mert nem repedezik a vége, és ragyog.
- 5** A gyakori fésülés ragyogóvá teszi a haját  
**Ha túl erőteljesen és túl gyakran fésülsz a hajadat nem megfelelő kiegészítővel, az károsító hatással lehet.** Annak érdekében, hogy ne töredezzen és repedezzen meg a hajad, érdemes az állapotának megfelelő fésűt/kefét választani.
- 6** A haját nedvesen kell fésülni  
**Nem ajánlott nedves haját fésülni!** Ekkor sokkal érzékenyebbek a sérülésekre. Ettől kivételt a göndör haj képez. Ha már nedvesen fésüljük, akkor megfelelő, széles fogtávolságú fésűre van szükségünk, és ezt nagyon óvatosan kell megtennünk. Ajánlott a haj megszáradása után fésülni azt.
- 7** Ha a sampon nem habzik, nem mossa meg jól a haját  
**Egy jól tisztító samponnak nem feltétlenül kell habosodnia!** Fontos, hogy megfelelő (a hajszáradás megakadályozása érdekében nem túl erős) mosó összetevőket és a faggyúmirigyek működését szabályozó, a fejbőrt tápláló, természetes pH-értékét visszaállító anyagokat tartalmazzon. Érdekes, hogy gyakran **azok a samponok a legjobbak és legalaposabban tisztító hatásúak, amelyek nem habznak.**
- 8** A haj típusának megfelelő sampont kell választani  
**Nem szabad a haj típusa alapján sampont választani - a fejbőr problémái sokkal fontosabbak.** Ha zsírosodik a hajunk, annak az az oka, hogy a fejbőrben a faggyúmirigyek munkája nem zajlik megfelelően. Ha korpásodik, az azért van, mert gombák jelentek meg a bőrünkön. Fontos odafigyelni arra, hogy milyen jellegű tisztításra van szüksége bőrünknek, mert annak állapota határozza meg hajunk állapotát. **A hajbalzsamot azonban hajunk típusának megfelelően választjuk ki - erről ne feledkezz meg!**