



Entretenir les cheveux gras

- Astuces soins du cheveu et protection des cheveux -



Date de mise en ligne : mardi 2 mars 2010

Description :

Les cheveux sont les premiers témoins de la santé. Si vous êtes parmi celles qui ont les cheveux gras et qui ont du mal à en prendre soin, voici quelques conseils pour vous donner un coup de main.

Coiffure, modèles coiffure tendance et coupe de cheveux My Coiffure

D'où viennent les cheveux gras et comment les laver

L'origine des cheveux gras se situe dans une production excessive de sébum par les glandes sébacées qui se trouvent à la base du cheveu. Cette substance grasse favorise la lubrification des tiges et assure sa protection contre la pollution. Cela peut aussi être causé par un mauvais entretien des cheveux, l'utilisation de produits inadaptés ou encore dans la façon de se nourrir. Le stress aussi est un facteur qui nuit à la santé de votre chevelure et il en va de même pour la fatigue. Il arrive aussi que cela vienne des gênes même de la personne. Selon les quelques statistiques, une femme sur quatre en est victime.

Pour éviter les cheveux gras, il est nécessaire de changer ses habitudes. Pour les laver ne laissez pas vos cheveux trop longtemps sous la mousse du shampoing. Ils seront fragilisés et vont s'abîmer rapidement. Évitez d'utiliser les shampoings pour enfant qui sont certes très doux mais inappropriés aux cheveux des adultes. Ne vous servez pas de vos ongles sur votre cuir chevelu lors du lavage, et surtout pas d'eau très chaude. Avant chaque lavage, faites un léger massage du cuir chevelu pour favoriser la micro-circulation juste avant l'application de votre produit. Après le rinçage, n'oubliez pas de passer vos cheveux sous l'eau froide pour les rendre brillants.

Comment prendre soins de ses cheveux gras

Le plus facile et le plus logique est d'utiliser un shampoing spécial cheveux gras. Plusieurs marques en propose un dans leur gamme et vous n'aurez qu'à choisir celui qui vous convient le mieux. Préférez ceux qui ont un pH neutre ou ultra-doux comme ceux à l'extrait d'ortie ou à base d'argile. Ils permettent de freiner l'évolution du sébum vers la tige. Pour les coiffer, les peignes en corne ou en plastique sont mieux que ceux en métal. Leurs dents doivent être rondes et lisses pour ne pas abîmer les écailles des cheveux. Si vous êtes une adepte du séchoir, mettez-le sur température douce et pas trop prêt de votre chevelure, à environ 15 cm. Et évitez l'utilisation des gels coiffants qui les rendent ternes et gras.

Si vous êtes une adepte des produits "fait-maison" vous pouvez aussi créer votre propre masque anti cheveux gras. Tout se base sur l'argile. Prenez 60 ml d'hydrolat de romarin que vous verserez petit à petit sur 20g d'argile dans un récipient non métallique. Mélangez bien le tout et laissez reposer 5 minutes. Remuez à nouveau jusqu'à avoir une bonne consistance, ajouter de l'hydrolat si nécessaire. Puis appliquez-le sur vos cheveux mouillés et gardez le 15 à 20 minutes. Prenez de l'eau tiède ensuite pour humidifier le masque et masser légèrement. Ensuite, commencez à laver les pointes et le reste, délicatement avec de l'eau. Enfin, vous devez procéder au shampoing habituel.