

ask jacquie

by Jacquie Carter

Director, Worldwide Outer Nutrition Product Training



WU

ทำไมผมของฉันทถึงพันกัน ไม่เรียบสวย ฉันทควรทำอย่างไรดี?

มันเป็นเรื่องประหลาดแต่เชื่อหรือไม่ว่าผมที่มีลักษณะเส้นที่บางจะพันกันมากกว่าผมเส้นหนา, ผมหยิกจะพันกันมากกว่าผมตรง และผมเสียจะพันยุ่งเหยิงกันมากที่สุด แทนที่ผมจะดูเรียบเงากลับดูฟูและพันกันกับเส้นผมกลุ่มอื่นๆ คุณไม่ควรดึงกระชากผมที่พันกันแม้ว่ามันจะดูน่าหงุดหงิดก็ตาม หลังการสระผมให้ตามด้วยคอนดิชันเนอร์ จากนั้นจึงค่อยสาางผมออกจากกัน โดยเริ่มจากปลายผมด้วยการ

ใช้หวีซี่ห่างหรือด้วยนิ้วของคุณ ค่อยๆสาางจนผมแยกออกจากกัน ถ้าผมของคุณมีแนวโน้มที่จะพันกันให้พยายามหวีผมในช่วงสายหรือปลายของแต่ละวันเพื่อช่วยป้องกันผมพันกัน จึงควรแน่ใจว่าได้หวีผมก่อนเข้านอน และถ้าผมของคุณยาวให้รวบผมไปด้านหลังแล้วมัดเป็นหางม้าไว้หลวมๆ เมื่อคุณพร้อมที่จะเข้านอน

ฉันทเป็นนักว่ายน้ำ และคลอรีนในสระน้ำทำลายเส้นผมของฉันท ฉันทควรทำอย่างไรดี?

คลอรีนเป็นหนึ่งในตัวทำลายผมที่เสียไม่ได้ในสระว่ายน้ำ ในขณะที่เดียวกันก็ช่วยปกป้องเราจากเชื้อโรคและแบคทีเรียที่อาจอยู่ในน้ำซึ่งทำให้ผมแห้งและเสียได้ สิ่งแรกที่คุณควรทำคือทำให้ผมเปียกด้วยน้ำที่ไม่มีคลอรีนก่อนลงสระว่ายน้ำ เส้นผมมีลักษณะเป็นรูพรุนและมีลักษณะเหมือนฟองน้ำดังนั้นจึงสามารถดูดซับน้ำได้มาก การทำให้ผมเปียกก่อนลงสระ

จึงช่วยให้ผมดูดซับคลอรีนในน้ำได้น้อยลง และคุณยังสามารถใช้ครีมนวดผมชะโลมผมให้ทั่วก่อนลงว่ายน้ำ เพราะครีมนวดจะทำให้ผมที่เหมือนเป็นเกราะกำบังระหว่างเส้นผมและคลอรีน ซึ่งจะช่วยป้องกันไม่ให้คลอรีนซึมเข้าไปในเส้นผมของคุณ จึงแน่ใจว่าคุณล้างผมของคุณทุกครั้งที่คุณขึ้นจากสระว่ายน้ำ วิธีนี้จะช่วยขจัดคลอรีนให้ออกจากเส้นผมและช่วยรักษาเส้นผมของคุณ และเมื่อคุณว่ายน้ำแล้ว ให้รีบสระผมด้วยยาสระผมและครีมนวดในทันที สิ่งเหล่านี้จึงเป็นเคล็ดลับเล็กน้อยที่จะช่วยให้เส้นผมของคุณได้รับการปกป้องและดูมีสุขภาพดี



ถ้าคุณมีคำถามหรือข้อสงสัย กรุณาส่งอีเมลล์มาที่ : askjacquie@herbalife.com

 **HERBALIFE.**