

ΤΟ 1^ο ΕΙΔΙΚΟ ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΤΟΥ f.daily

Ήλιος: Η φροντίδα των μαλλιών πρέπει να γίνεται όπως και η φροντίδα του δέρματος

Οι φθορές που τους προκαλεί είναι ορατές το φθινόπωρο



Η ηλιακή ακτινοβολία επιδρά στα μαλλιά το ίδιο καταστρεπτικά που επιδρά και στο δέρμα. Και σε αυτήν την αρνητική επίδραση θα πρέπει να προστεθεί και η επιβάρυνση που τους προκαλούν τα χημικά της πισίνας, ο αέρας αλλά και το αλάτι της θάλασσας. Επομένως θα πρέπει σε όλες τις πελάτισσές σας να προτείνετε τη χρήση ειδικών αντιηλιακών προϊόντων για τα μαλλιά αλλά και εκείνα που εγγυώνται αποκατάσταση μετά τις διακοπές. Επίσης, είναι σημαντικό σε όσους άνδρες έχουν υποστεί αραίωση του τριχωτού της κεφαλής να τους επισημαίνετε την ανάγκη για επάλειψη αντιηλιακού στο κεφάλι και φυσικά τη χρήση καπέλου.

Οι οδηγίες που πρέπει να δώσει ο φαρμακοποιός για τη φροντίδα των μαλλιών στον ήλιο

1. Να χρησιμοποιούν αντιηλιακά μαλλιών πριν βγουν στον ήλιο. Να επιλέξουν την υφή που τους ταιριάζει και είναι συμβατή με την ποιότητα των μαλλιών τους.
2. Ένα μαντίλι ή ένα καπέλο (με την προϋπόθεση να μην είναι πολύ στενά, για να μην εμποδίζουν την κυκλοφορία στο τριχωτό της κεφαλής) θα τα προστατέψουν κάτω από τον καυτό ήλιο. Επίσης, είναι απαραίτητο το σκουφάκι αν γίνεται χρήση πισίνας με χλώριο.
3. Να βρέχουν τα μαλλιά τους με νερό βρύσης προτού βουτήξουν στο νερό της θάλασσας ή της πισίνας. Έτσι θα επηρεαστούν λιγότερο από το αλάτι ή το χλώριο.
4. Ο καλύτερος τρόπος πριν ψεκάσουν το αντιηλιακό των μαλλιών είναι πρώτα να τα ξεπλύνουν με νερό της βρύσης και μετά να τα σκουπίσουν απαλά με πετσέτα.
5. Να χτενίζουν τα μαλλιά τους με χτένα που έχει αραιά δόντια, για να μειώσουν τον κίνδυνο του σπασίματος της τρίχας. Εάν τα μαλλιά τους είναι ξηρά και αφυδατωμένα, πριν από το αντιηλιακό spray να απλώνουν μια καλή μαλακτική κρέμα στις άκρες.

Η περιποίηση μετά τη θάλασσα

Σίγουρα ένα καλό σαμπουάν και ένα conditioner με ενυδατικούς παράγοντες δεν είναι αρκετά για να επαναφέρουν την ποιότητα των μαλλιών μετά τις καλοκαιρινές διακοπές.

Θα πρέπει επίσης:

1. Να αποφεύγουν το πολύ ζεστό νερό για το λούσιμο των μαλλιών. Ιδανικό είναι το δροσερό νερό.
2. Η ζέστη εντείνει το πρόβλημα της λιπαρότητας. Επομένως αν το τριχωτό είναι λιπαρό, θα προτείνονται αντίστοιχα προϊόντα.
3. Να καταναλώνουν καθημερινά επαρκή ποσότητα υγρών, λαχανικών και φρούτων, τα οποία διασφαλίζουν την υγεία και τη σωστή ενυδάτωση της τρίχας.

Αν και είναι συχνό φαινόμενο του φθινοπώρου η τριχόπτωση, λίγοι γνωρίζουν ότι αυτή ουσιαστικά αποτελεί επακόλουθο του καλοκαιριού. Μόνο όσοι φροντίζουν τα μαλλιά τους ζεστούς μήνες, δεν αντιμετωπίζουν προβλήματα επιστρέφοντας από τις διακοπές το φθινόπωρο, μία εποχή κατά την οποία πραγματοποιείται ανανέωση των κυττάρων σε όλους τους ανθρώπους.



ΓΙΑΤΡΟΙ SOS: ΔΩΡΕΑΝ ΕΛΕΓΧΟΣ ΣΠΙΛΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΩΙΜΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΤΟΥ ΜΕΛΑΝΩΜΑΤΟΣ

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Μελανώματος (13 Μαΐου) οι SOS ΙΑΤΡΟΙ προσφέρουν στους πολίτες δωρεάν δερματολογικές εξετάσεις, θέλοντας να ευαισθητοποιήσουν το κοινό για το μελάνωμα που αποτελεί τον σοβαρότερο τύπο καρκίνου του δέρματος.

Οι δωρεάν εξετάσεις σπύλων προσφέρουν οι SOS Δερματολόγοι θα πραγματοποιηθούν σε 3 δερματολογικά ιατρεία των SOS ΙΑΤΡΩΝ (Κολωνάκι, Γλυφάδα, Πεύκη). Όπως τονίζει η ομάδα των SOS Δερματολόγων, ένας στους τρεις καρκίνους που διαγιγνώσκονται κάθε χρόνο σε όλο τον κόσμο είναι καρκίνος του δέρματος και το 75% των θανάτων από καρκίνο του δέρματος οφείλεται στο μελάνωμα. Σύμφωνα με τους SOS Δερματολόγους, «το μελάνωμα θεωρείται η πιο επιθετική και απειλητική μορφή καρκίνου του δέρματος, καθώς μπορεί να προκαλέσει γρήγορα μεταστάσεις. Ωστόσο, μπορεί να διαγνωστεί εύκολα και έγκαιρα μέσω μιας δερματολογικής εξέτασης και να σωθούν πολλές ανθρώπινες ζωές». Όσοι επιθυμούν να εξεταστούν δωρεάν από τους SOS ΙΑΤΡΟΥΣ, μπορούν να καλούν στο 1016 και να κλείσουν ραντεβού το τριήμερο: Τετάρτη 15 Μαΐου έως και Παρασκευή 17 Μαΐου 2019 πρωινές ή απογευματινές ώρες.