

### "3" صفات طبيعية للعناية بالشعر في فصل الصيف... تعرفوا عليها



تحتاج فروة الرأس خلال فصل الصيف للتنظيف بشكل دوري وذلك لتعرض فروة الرأس لأشعة الشمس القوية والأوساخ والعرق مما يجعل الشعر يبدو دهنيًا، وقد يتسبب ذلك مع مرور الوقت للإصابة بقشرة الرأس والحكة، مما يؤدي إلى تكسير الشعر، ولتجنب ذلك نستعرض في التقرير، وصفات طبيعية للعناية بالشعر في الصيف، وفقاً لما ذكره موقع "timesofindia".

#### وصفة الريحان واللبن للعناية بالشعر في الصيف

يتمتع الريحان واللبن والعسل بخصائص مضادة للبكتيريا والفطريات، والتي تساعد على تنظيف فروة الرأس ومنع أي عدوى، كما يرطب اللين فروة الرأس، ويساعد على التخلص من مشكلة الحكة، كما يرطب العسل فروة الرأس، لهذا ينصح بسحق 5-6 أوراق ريحان في وعاء، مع خلط ملعقة كبيرة من اللين لعمل عجينة مع إضافة نصف ملعقة صغيرة من العسل، ووضع القناع على الشعر وتركها لمدة 30 دقيقة، ثم غسل الشعر بالماء البارد مع تدليك فروة الرأس، ويمكن تكرار الوصفة مرتين في الأسبوع.

## وصفة ماء الأرز للعناية بالشعر في الصيف

- طبق قناع ماء الأرز على الشعر في العصور القديمة، وذلك لفوائده العديدة والتي منها تقوية الشعر ومنع تقصفه، كما يعمل على تنظيف فروة الرأس عن طريق إزالة الزيوت الزائدة والأوساخ وتراكم المنتجات، والتي يمكن أن تسد بصيلات الشعر وبالتالي تبطل نموّه، ولهذا ينصح بنقع الأرز في الماء لمدة 30 دقيقة أو بضع ساعات، ثم تصفية الأرز وإضافة بضع قطرات من الزيت العطري وبعد غسل الشعر بالشامبو يجب سكب ماء الأرز على الشعر وفروة الرأس، مع تدليك فروة الرأس برفق، وترك قناع الشعر لمدة 10 إلى 20 دقيقة ثم غسل الشعر بالماء الفاتر.

## وصفة النعناع للعناية بالشعر في الصيف

يساعد النعناع في تخفيف تهيج فروة الرأس والحكة والالتهاب، كما يتحكم في إنتاج الزيوت على فروة الرأس، مما قد يمنعها من أن تصبح دهنية، وذلك من خلال غلي حفنة من أوراق النعناع الطازجة في الماء لمدة 15-20 دقيقة، وترك ماء النعناع حتى يبرد، ثم تصفية الأوراق، و بعد غسل الشعر بالشامبو، ينصح باستخدام ماء النعناع لشطف الشعر مع تدليك فروة الرأس حتى يصبح لامعاً وناعماً.