

شعرك يحتاج إلى عناية خاصة في فصل الخريف

بعد خروج فصل الصيف ودخول الخريف يبدأ الشعر في التساقط بكثافة، ويشبهه البعض بتساقط أوراق الأشجار. يصبح الشعر مقصفا تالفا ويفقد لمعانــه وكثافته وحيويته، ما يجعلــه يحتاج إلى المزيد مــن العناية لتقويته

> 👤 باريس – الشــعن زينة المرأة، وهو ما يجعل الكثير من السيدات ينزعجن بمجرد رؤية شعورهن خفيفة وتالفة وضعيفة ومقصفة، ويبحثن بالتالي عن الحلول لتوفير عناية أفضل للشعر لحمايته من التساقط والحفاظ على مظهره الجذاب.

> وينصح الخبراء في التجميل بالبدء أه لا بالقاف تساقط الشُّعر الذي يتزايد بمجرد دخول الفصول الباردة (الخريف والشتاء)، ورغم أن كمية الشعر المتساقط تختلف من شـخص لآخـر إلا أن الجميع بخسس كمية أكبر من شعره وتنقص كثافته، كما يتراجع نموه في هذه الفترة

> وتؤثر العديد من العوامل في وصول الشعر إلى هذه الحالة من الضعف، من بينها التأثيرات الهرمونية وتغير المناخ ودرجة الحرارة، إلى جانب تأثيرات الصيف من تعرض لمدة طويلة للشــمس والسباحة في البحر.

> وللحد من تساقط الشيعر يؤكد خيراء العناية بالبشرة والشعر أهمية تزويده بمجموعة من المكمّلات الغذائية الخاصة به، ومن أبرزها الأحماض الأمينية الكبريتية، الزنك، فيتامينات المجموعة

> ويمكن الاستعانة أيضا بنبات القراص اللاذع، وهو نبات أثبتت التجارب فعاليته في مقاومة تساقط الشعر، ويمكن ذلك من خلال عمل ماسكات من خلاصته أو زيته المخصص لتقوية الشبعر وزيادة نموه.

وللتخلص من لون الشعر الباهت واسترجاع لمعانبه يمكن اللجوء إلى المحمل لاستخدام صيغة جديدة توحّد لون الشعر، وتعيد له بريقه دون أن تضر به أو تسهم في زيادة تلفه وتساقطه. ويمكن أيضا العودة إلى الحلول

> من خلال استعمال ماسكات العناية والتغذية للشعر.

البيض كمادة أساسعة، ويضاف إليه الزبادى الطبيعي وملعقتى أكل كبيرتين من زيت الزيتون أو زيت اللوز الحلو

الأفوكادو، ويوضع الماسك على طول خصلات الشعر الجافة، ويترك لمدة نصف ساعة ثم يغسل بالشاميو والماء ويؤكد المختصون في العناية بالشعر

أنه يجب تصفيفه دون إلحاق الضرر به، ويقترحون أسلوب عناية يلائم فصل الخريف ويمكن اتباعه بشكل روتيني، فمثلا بعد غسل الشعر ليلا بالشامبو والماء الفاتر ثم تجفيفه بمجفف الشسعر على درجة حرارة معتدلة للمحافظة على نسبة من الرطوبة في خصلاته وتجنب . تحفیف ه مئے بالمئے، پتے تصفیفه فی شكل ضفيرة تريس يمكن تحمّلها أثناء النوم، وفي الصباح يفرد الشعر بالأصابع للحصول على مظهر مموج فيبدو في

أو زيت الجوز أو زيت الأركان أو زيت

مظهر طبيعي وجميل. ويلاحظ الخبراء أنه من الأفضل التخلى عن جميع مواد التصفيف التي تضر بالشعر، ومن بينها كريمات الترطيب والتنعيم والصبغات القوية.

ويحتاج الشعر في فصل الخريــف إلىٰ عنايــة خاصة من خلال علاجات ووصفات مقوية

تساعده علىٰ النمو أكث،ر ويمكن شبراء أدوية مخصصة له من الصيدليات أو المحالِّ الخاصة بالحلاقة والشبعر. كما يمكن القيام ببعض حركات التدليك أثناء .. غسل الشعر لمساعدة فروة الرأس على استعادة حيويتها.

ويظل اختيار مستحضرات العناية بالشعر التي تستخدم بشكل يومى ودورى أهم خطوات العناية بالشمعر، لذلك يجب الانتباه لحسن اختيار شامبو لطيف على الشعر والحرص على الشطف دائما بالماء الفاتر، ويمكن الاستعانة دوريا بالزيوت المغذية للشعر بوضع بعض قطرات منها على الشعر عندما

كما ينصح الخبراء بضرورة الانتباه إلى التغذية السليمة والغنية بالمواد المفيدة للشبعر مثبل الحديد المتوفر في العدس واللحمية الحميراء والأسماك وغلال البحر، وكذلك استهلاك الفيتامين ب الموجود فى الحبوب الكاملة والأسماك الدهنية والمعادن، التي توفرها الأجبان والغلال والخضر للحفاظ علئ لمعان الشعر، ويمكن التركيز علىٰ حمية خاصة تضم هذه المواد الغذائية خصوصا في

بدايات فصل الخريف لتجنب



من الأفضِل التخلي عن جميع مواد التصفيف التي تضر بالشعر، ومن بينها كريمات الترطيب والتنعيم والصبغات القوية

Zinc





ويشير المختصون إلى أنه إذا

تواصل التساقط الكثيف للشعر لأكثر من شهر يجب زيارة طبيب مختص، فنقص الحديد في الجسم مثلا يمكن أن يقف وراء التساقط المزمن للشعر.

المنزلية لتغذية فروة الرأس

ويمكن إعداد وصفة منزلية يُستخدم فيها صفار

الزينة بالأقراط ممكنة دون مشاكل صحية

ثقب الأذن بعدم ارتداء الأقراط لفترة

يسمح طولها بتعافى الجلد وانغلاق

الثقوب، وبعد أن تتعافى الأذن بالكامل

👤 لندن – في السنوات الأخيرة، أصبح ارتداء أكثر من قرط واحد في نفس الأذن أمرا عاديا بالنسبة إلى النساء والرجال. ولم تعد هذه الإكسسـوارات تقتصر على شحمة الأذن. يمكن الآن ثقب حلز الأذن ونهايته، والزنمة (الجيزء البارز من الأذن الخارجية)، وغيرهم من المساحات الموجودة التابعة للأذن.

وأصبح هذا الاتجاه منتشرا لدرجة أننا أصبحنا نرى الأقراط مثبتة على آذان مديري البنوك، وغيرهم من المسـؤولين في مناصب رفيعة.

أدوات الثقب مصدر الخوف

يمكن وضع القرط المرغوب فيه. ومن ويجد المولعون بالتزين بالأقراط الأفضل زيارة أحد المختصين في متعة خاصة في الإكثار منها، ما يجعلهم ثقب الأذن وغيرها من أعضاء الجسم، يضطرون إلى ثقب الأذن أكثر من مرة، فقدأصبح العالم اليوم مليئا بالخبراء غير أن كثيرين منهم يواجهون مشكلات المعروفين بفنهم. وغالبا ما تمر العملية في عملية الثقب والطريقة التي يتم بها، بسلام إثر ذلك، دون تعريض الحريف ويكره بعضهم آلات الثقب التي تعتمدها الصيدليات ويحاولون تجنبها، فيما إلى احتمال الإصابة بحساسية من براه أخرون أكثر أمانا ومراعاة لشبروط الصحة. ويوصىي الصيدلاني عادة بعد

وتساعد هـده الطريقة فـي تجنب المعاناة من مختلف الالتهابات، التي تمسس الأذن جراء عملية الثقب خاصة باستخدام بندقسة ثقب الأذن لأكثس من مرة. بالإضافة إلى التأكد من عدم الإصابة بالحساسية ضد أحد المعادن التي تُصنع منها الأقراط لعدم الإصابة

تُشفيٰ ثقب الابرة الصحيح بشكل أفضل وأنظف، وتعد طريقة الإبرة أنجع مقارنة بالآلات التي اشتكى الكثيرون من نتائجها، ولا يعنى هذا أن طريقة الإبرة خاليـة من المخاطـر، لذلك يجب التريث وتجنب ارتداء الأقراط في اليوم الأول من الثقب. ويمكن اعتماد قرط من التيتانيوم خلال الأسابيع الستة (أو حتىٰ الثمانية) الأولىٰ، ويمكن التخلي عنه بعد ذلك. ولن يضر الأمر بميزانية الراغبين في التزين بالأقراط. ومن الضروري المواظبة على تنظيف الثقوب الجديدة، عن طريق غسلها بالماء الدافئ

عند غسل الوجه مثلا.

العينين. والاسترخاء ما يمكّن متجنبي الإبر من التمتع بالخيارات

بالحكة والتهيج الجلدي.

المعروفة للعناية بالبشرة، سوبر ويجعل التجاعيد أقل وضوحا. وبالنسبة إلى الراغبين في زيادة ناتشورالز 2.0. الحجم لإخفاء الترهللات، تعمل مكونات وتحدثت هاربر عن منتجها قائلة "أطلقنا المجموعة الأصلية في عام 2013، مستخرجة من شجرة الفستق الموجودة في جزيرة خيوس في اليونان كعلاج وطوّرنـــا المــواد الخام منذ ذلــك الحين. بمثّل كل ما أضفناه إلى المجموعة طبيعي يساعد على إعادة تنشيط الجلد. موقعنا في مجال العناية بالبشرة". ويقدّم نبات أفريقي تأثيرا ظاهرا ومرئيا، حيث يحارب علامات واضحة على ومنذ ثلاث سنوات، كانت بعض الإصابة بالتلف العصبي الناجم عن مكونات المجموعة الجديدة تستورد تدهور الخُلابا، فعند التقدم من أماكن بعيدة من جميع أنحاء العالم بالإضافة إلى مزرعة هاربر العضوية، التَّى تبلغ مساحتها 1200 فدان في فيرمونت. ومع توسّع المجموعة

في السن، تصبح المسافة بين سطح الجلد ونهايات الأعصاب أكبر بمرور الوقت. لتشمل منتجاتها علاجا لعدد من المشاكل المتعلقة بالبشرة بما ذلك فرط التصبّغ والترهل، صممت علىٰ تحسين نمو الأعصاب وزيادة هاربس مصلاً للوحة وأخـر لمنطقـة تحت سماكة الحلد. وتستهدف ثمار الأركان فقدان يوفر المصلان فوائد تشيمل الملء المرونة والدهون مع بروتين خاص يرجع تلك الوسادة

يتمتع بها الأفراد الأصغر سنا. ووفقا لهارير، يكمن أساس النجاح عند تجريب هــذه المنتجات فــى المواظبــة، ويجب الدهن بالأمصال صباحا ومساء لمدة شهر على الأقل قبل البدء في ملاحظة ورؤية النتائج. ويمكنك تبديل مرطباتك ومنتجات تجميلك، لكن الحفاظ على نفس المصل وكريم العين ضروري.

توجد طريقة أخرى لمضاعفة وتكميل فوائد المصل، تكمن في تدليك الوجه يوميا، وإن كان باليدين.

العناية بالبشرة، مجرد جزء من الحل، فإذا كنت تعانى من الإجهاد، وإن كنت لا تنام كما يجب ولا تأكل جيدا، فلا تهم الطريقة التي تعتمدها للعناية ببشرتك

وتقول هاربر "يساعد تدفق الدم علئ تحريك العناصر الفعالة إلى كامل مساحة الوجه، الذي يحتوي على الكثير من الأوردة والشعيرات الدموية الأصغر والمناطق التي لا تحصل علىٰ نفس القدر من الأكسجين والدم، الذي تتمتع به بقبة أعضاء الجسم. كما يجب الحفاظ على النشاط البدني، والحصول على قسط كاف من النوم، وتبني نظام غذائي صحي غنى بالمغذيات".

حسب هاربر، "يعتقد الكثير من الناس أن الجمال يتعلق بالعناية بالبشرة، لكنها مجرد جزء من الحل. إذا كنت تعانى من الإجهاد، وإن كنت لا تنام كما يجب ولا تأكل حيدا فلا تهم الطريقة التي تعتمدها للعناية ببشرتك ولن تؤثر عليك، وبالتالي

تشمل مجموعة تاتا هارسر قناعا للوجه، يجمع حمض الهيالورونيك والفيرليك وغيرها من مضادات الأكسدة، ويعد مناسبا لمحاربة مشاكل مثل الجفاف والإحمرار والتصبغات. كما وظفت المجموعة العسل الطبيعي في صناعة قناع بحوى إنزيمات الرمان لاستعادة مرونة البشرة وتضييق المسام. وتتضمن كريمـة بزيت الزيتون ومستخلص بذور العنب وزيت جوز الهند لتساعد على تقشير البشرة الحساسة



البوتوكس والفيلر من الطبيعة

الجمال النظيف والوعي يدفعان المستهلك نحو

استخدام المواد الطبيعة في التجميل

التي كانوا محرومين منها. وحسب

هاربر، يحارب المصلان آثار الشيخوخة

بأحدث المكونات عبر الحد من التجاعيد

من 28 دولة (بما في ذلك فرنسا والصين

ومدغشـقر...)، ويعملان على التخفيف من

الخطوط الدقيقة وتلطيف البشرة ونفخها

من الداخل إلى الخارج. أما البوتوكس

فيشــلّ العضلات. ويتمثل الفيلر في حقن

حمض الهيالورونيك في الطبقة الجلدية،

لكن باستعمال المصل يتحصل المستهلك

على جرعة يومية من التأثيرات المماثلة.

الإسباني وزهرة الأقحوان وغيرهما من

مرخيات العضلات الطبيعية. وتتفاعل

هدده المواد بطريقة تفصل إشارات

العصب عن العضلات، مما يرخيها

ويشمل المصل مستخلص اللافندر

ويشـمل المنتجـان 98 مكوّنا مختلفا

يشهد عالم الجمال والتجميل اليوم انقساما حادا؛ فمن ناحية، أدى

استخدام فلاتر الإنستغرام المعدلة للملامح والانتشار المتزايد للعلاجات

التجميلية إلى تزويد الكثيرين بالقدرة على إبطاء تأثير الزمن على جمالهم،

ومن ناحية أخرى، يدفع التطور نحو الجمال النظيف والوعى المستهلكين

إلىٰ التفكير في كل ما يضعونه على أجسادهم وداخلها.

🤊 واشـنطن – تؤكـد محموعــة التحميل

الخضراء "تاتا هاربر" وجود حلول

وحقن الحشو التجميلية (الفيلر) عند

استخدامها بشكل صحيح ومع طبيب

موثـوق به. وتحمل هذه المواد قدرة على

الحد من التجاعيد ونفخ مناطق معيّنة من

الجسم لجعلها تبدو أجمل وأكثر نضارة

على الجمال في هاتين الطريقتين أمام

أولئك الذين يرغبون في اتباع المسار

للحفاظ عن الجمال من خلال الطبيعة

ولحل هذه المعضلة، صممت مجموعة

تاتا هاربــر أحدث مجموعة من منتجاتها

استجابة لهذا التساؤل عن الحاجة

لكن، هل يعنى هذا غياب طرق للحفاظ

لجميع مشاكل البشرة في الطبيعة. ولا يمكن إنكار فعالية البوتوكس

و ميونة - تمثل "دموع حورية زاوية العين الأمامية وانسيابها، البحر"، "Mermaid Tears" أحدث وهي تمكن المرأة من إدخال صيحات مكياج العيون في خريف الإضاءة على هذه المنطقة وشياء 2020-2019، لتمنح المرأة خصوصا إذا كانت داكنة. وشيتاء 2020-2019، لتمنح المرأة إطلالة ساحرة تأسس الألباب من خُلال عينيها الساحرتين.

وأوضَّحَت مجلَّة "فرويندين" واوصلت. الألمانية أن صيحة "دموع حورية

وتكون هذه الظلال شبيهة الدمَّوعُ مَن حيث مساحتها في

وأضافت المحلة المعنب بالموضية والجميال أنيه بمكن تزيين العين بألوان زاهية كالأصفر والــوردي والأزرق، للحصول على إطلالة جذابــة تخطف الأنظار عبر تنسيق هذه الزينة مع بقية مكياج العين ومكياج الوجه المنس ين وسيع الوجه المنسجم بدوره مع تسريحة الشعر، كما يمكن اختيار اللون بالاستعانة بألوان الملابس.