

ЗАЧЕМ ЧЕЛОВЕКУ ВОЛОСЫ?

Наука всё ещё не до конца объяснила, зачем нам нужны волосы. Мы можем сказать что волосы на бровях, ушах, ресницах и в носу предохраняет органы от пыли и насекомых.



Борода мужчин в давние времена помогала отличить мужчину от женщины – даже на расстоянии и придавала ему мужественный вид.

Интересные сведения

- *На теле, руках и ногах волосы нежные, тонкие, их ещё называют пушковыми. На волосистой части головы – длинные. На бровях, веках – ресницы – щетинистые.*



2. ГИГИЕНА ВОЛОС.

❖ Правильный уход за кожей головы и волос нормализует деятельность сальных желез, а также улучшает кровообращение и обменные процессы. Поэтому к процедуре мытья головы необходимо относиться ответственно.



Правила ухода за волосами

- Очень тщательно нужно промывать волосы, так как на них и между ними накапливается много кожного жира, грязи и пыли. Легче ухаживать за короткими волосами: они лучше промываются.
- Поэтому желательно, чтобы мальчики стригли волосы коротко, особенно в летнее время.
- Девочкам же, у которых длинные волосы, нужно мыть голову не реже одного раза в неделю, после мытья тщательно их расчесывать только своей и обязательно чистой расческой.



**Нормальные
волосы**

**Жирные
волосы**

Типы волос

**Сухие
волосы**

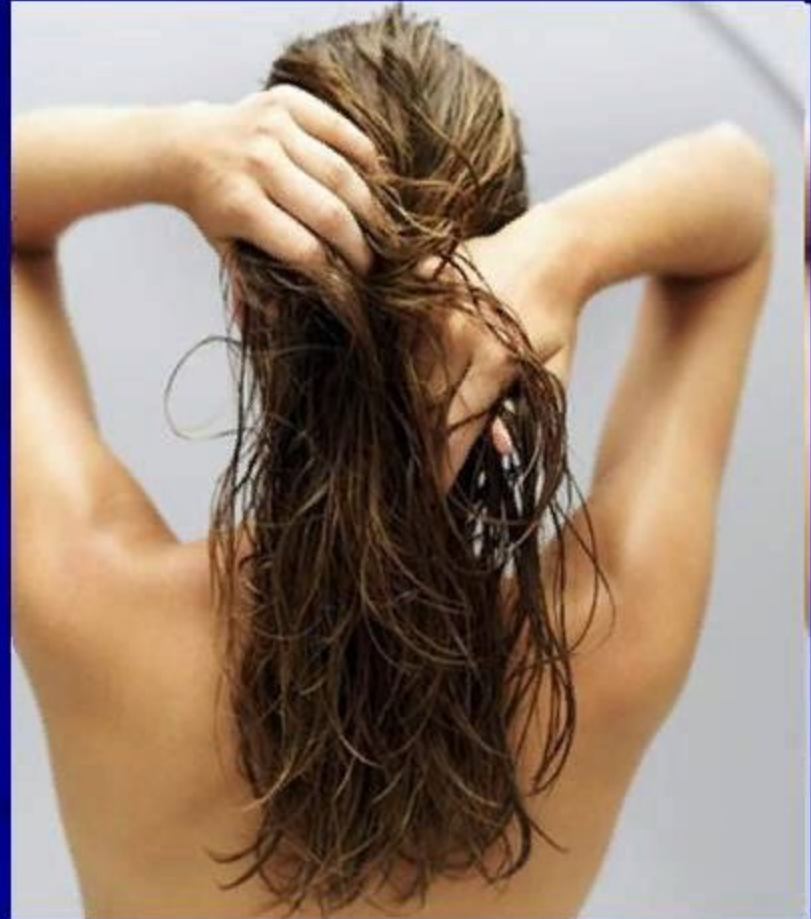
**Смешанного
типа**

Типы волос

Тип волос	Сухие	Нормальные	Жирный	Смешанный тип волос
Как часто появляется необходимость мыть волосы?	Достаточно одного раза в неделю	Каждые 3 дня	Ежедневно	Каждые 4 дня
Состояние волос у корней	Сухие, однако через неделю после мытья появляется жирность	После мытья головы состояние нормальное, через пару дней появляется жирность	В первые часы после мытья состояние нормальное, затем жирные	Первые два дня могут быть нормальными, затем появляется жирность у основания и сухость на кончиках
Состояние кончиков волос	Секущиеся кончики	Нормальные, редко – секущиеся кончики	Не секутся	Секущиеся кончики
Как часто волосы электризуются?	Постоянно	Редко	Крайне редко	Могут электризоваться кончики волос
Блеск и пышность	Тусклые волосы, повышенная пышность	Волосы блестят, пышность средняя	В первые часы волосы блестят, затем появляется жирный блеск, пышность через несколько часов после мытья превращается в висающие отдельные	Блеск может сохраняться несколько дней, потом кончики становятся сухими, пышность средняя

ЖИРНЫЕ ВОЛОСЫ

Жирные волосы имеют характерный тусклый блеск, спустя небольшое время после мытья слипаются и начинают казаться грязными, неопрятными. Жирность волос зависит от активности сальных желез кожи головы, которая, в свою очередь, является сугубо индивидуальной и закладывается генетически.



ВОЛОСЫ СМЕШАННОГО ТИПА

Волосы смешанного типа - это, как правило, длинные волосы - жирные у корней и сухие на концах вследствие того, что они недостаточно смазываются жиром по всей длине. Концы волос этого типа, не получая необходимой смазки, часто секутся. Им нужны комбинированный уход с помощью различных специальных средств и скорректированная диета.



Смешанный тип волос

- **Смешанный тип волос.**
- Волосы такого типа довольно проблематичны. Жир у корней скапливается быстро, а концы при этом достаточно сухие и ломкие. Загрязнение происходит в основном к 3 -4 дню после последнего мытья. Чтобы уравновесить водно жировой баланс, попробуйте использовать маски для смешанного типа вол



СУХИЕ ВОЛОСЫ

Сухие волосы плохо отражают свет, вследствие чего они смотрятся тусклыми, не имеющими глянца. Они легко рвутся, путаются, трудно расчесываются, секутся на концах. Нередко сухие волосы - это результат неправильного ухода, а не следствие пониженной активности сальных желез.



Вредно для волос:

➤ Химическая завивка;

➤ Начёс;



➤ Частая сушка волос феном



➤ Ходить с непокрытой головой в холодную погоду.

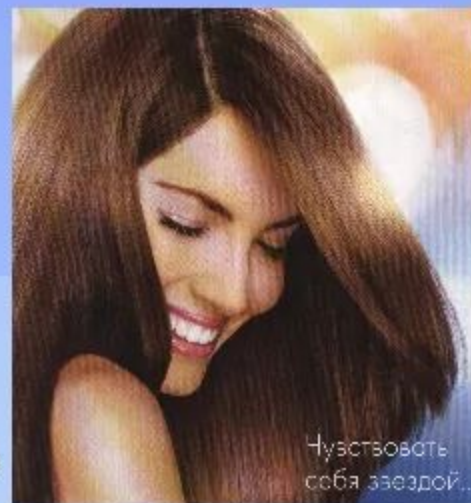
Уход за волосами.

Лучшее украшение девушки – это красивые и ухоженные **волосы**.

Типы волос

- **Сухие волосы** – недостаток влаги в стержнях волос и жира на коже головы, такие волосы ломкие и хрупкие.
- **Нормальные волосы** – гибкие, блестящие, редко ломаются, не секутся. Хороший уход за нормальными волосами способствует сохранению необходимого содержания жира и влаги.
- **Жирные волосы** – быстро покрываются кожным жиром, легко слипаются.

Такие волосы требуют более тщательного мытья.



КАК ПРАВИЛЬНО СДЕЛАТЬ МАСКУ ДЛЯ ВОЛОС



Для успешного лечения волос следует придерживаться главного условия: состав для маски должен быть свежеприготовленным, иначе его действенность будет минимальной.



Способ применения всех масок для волос одинаков:

- нанесение
- укутывание
- смывание теплой водой с шампунем или без.

маска от выпадения волос с горчицей:

при более жирном типе волос разведите 1 ст. ложку сухого горчичного порошка малым количеством теплой воды

(ни в коем случае не кипятком),

чтобы в результате размешивания получилась горчичная паста средней густоты.

Добавьте около 4-х ст. ложек кефира, размешайте, и вотрите смесь в кожу головы за 30 минут до мытья волос.

Сверху оберните голову пищевой пленкой.

Смыть теплой водой с шампунем.



Маска для стимуляции роста волос



1-2 ст.л. кофейной гущи



7 ст.л. жидкого алоэ



3 - 4 капли
острого соуса Чили

Способ применения:

Профильтровать через марлю остатки кофейной гущи. Вам нужна именно темно-коричневая жидкость, а не остатки зерен.

Смешать все ингредиенты в течение 1-ой минуты при помощи кухонного блендера.



Осторожно нанесите полученную смесь на кожу головы и волосы. Избегайте попадания в глаза



Наденьте поверх волос шапочку для душа, и не смывайте маску в течение 15 - 20 минут



Тщательно промойте волосы шампунем



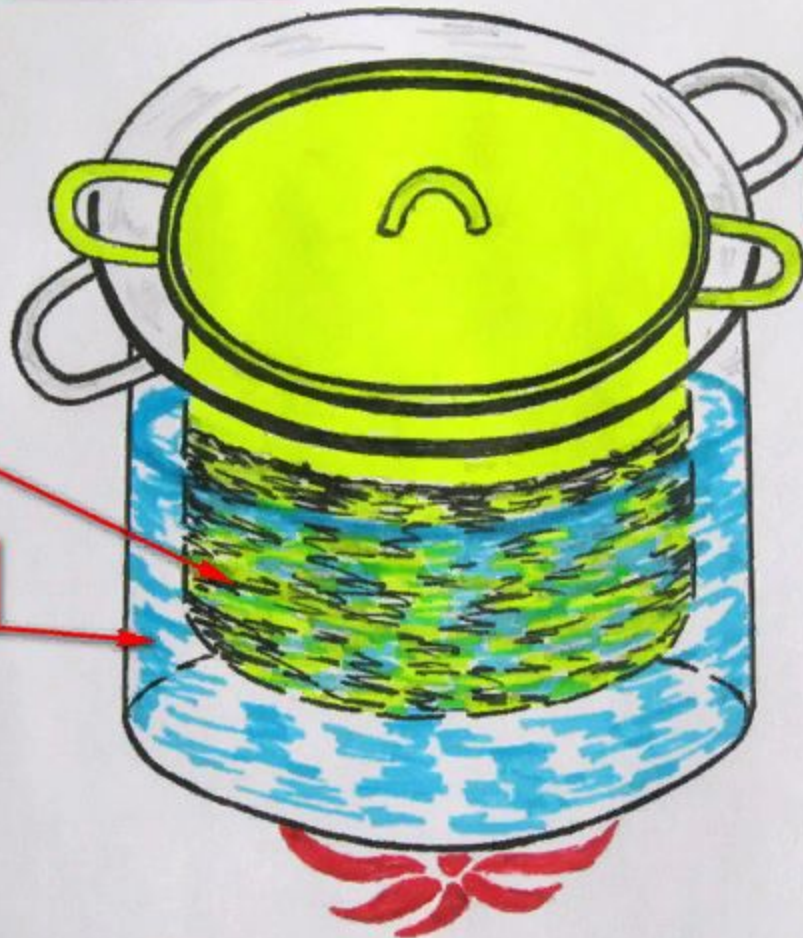
Повторяйте процедуру каждые 2 - 3 дня

Водяная баня

<http://cvetnoimirsv.ru>

Маленькая
емкость с
готовящимся
отваром

Большая емкость с
кипящей водой





Правила расчесывания волос

- Нужно расчёсывать короткие волосы от корней, а длинные – с концов.
- Мокрые волосы лучше расчёсывать пластмассовыми или деревянными расчёсками.



Болезнь волос



**Расщепление кончиков
(трихоптилоз)**

Волосы секутся в результате недостатка кожного жира, при неправильном питании, нехватке витаминов, стрессе

БОЛЕЗНЬ КОЖИ ГОЛОВЫ

ПЕРХОТЬ

- Перхоть, одна из самых распространённых проблем, связанных с волосами. Омертвевшие частички кожи образуют у корней волос белые чешуйки. При отсутствии должного ухода перхоть может способствовать проникновению инфекции в кожу головы. Поэтому важно следить за чистотой волос вне зависимости от их типа и мыть волосы специальным шампунем против перхоти.
- **Ограничьте в своём рационе количество продуктов, содержащих сахар, жир и крахмал. Ешьте больше овощей и фруктов.**

Фурункулез кожи головы

Воспалительное заболевание волосяных мешочков. Чаще всего вызвано стафилококком. Попадая в кожу головы через повреждения, микроорганизм развивается, воспаляет волосяной мешочек и близлежащие сальные железы. Образуются воспаленные шишки, внутри которых происходит скопление гноя. Когда фурункул созревает и прорывается, его содержимое распространяется по коже и вызывает появление многочисленных высыпаний.



Болезни кожи:

- Вши

Паразитические насекомые, которые живут на волосах и в одежде человека, питаются его кровью.

Слюна вшей препятствует свёртыванию крови и вызывает раздражение кожи, сопровождаемое зудом.

Самка вшей откладывает несколько сотен яиц — гнид, приклеивая их к волосам или нитям одежды при помощи клейкой массы.



БИОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА ВОЛОС

- В среднем волос живет от 2 до 6 лет.
- Количество волос на голове у блондинов 140 тысяч, у шатенов - 110 тысяч, у брюнетов 108 тысяч, у рыжих - 90 тысяч.
- Толщина волоса - 0,05-0,1 см.
- Самые толстые волосы - рыжие, самые тонкие - светлые.
- В месяц волосы вырастают примерно на 1,25 см.
- Выпадает 30-80 волос в день.

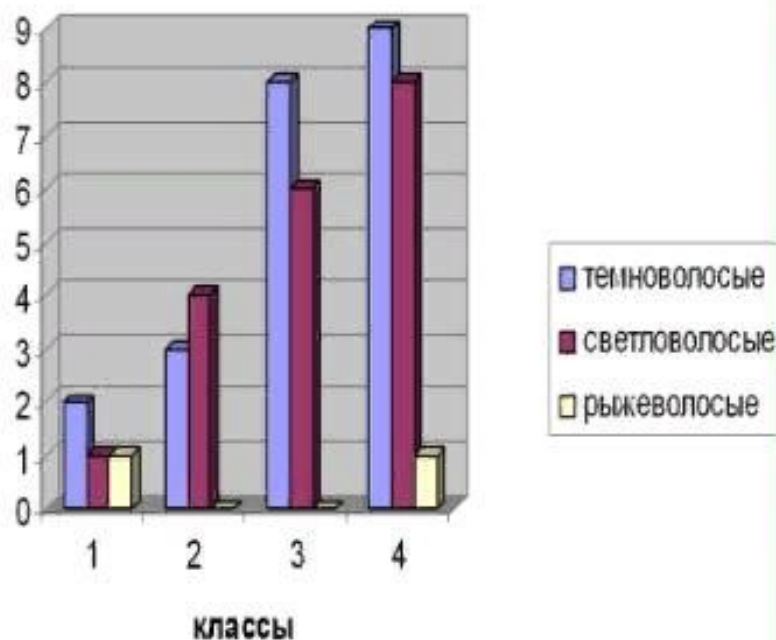
Цвет волос зависит от количества красящего вещества - пигмента, который находится в клетках коркового слоя волоса, и от количества воздуха, которым "разбавлен" пигмент.

Определяющую роль играют два пигмента: эумеланин (черно-коричневый цвет) и феомеланин (желто-красный), сочетание которых дает всю гамму цветовых

Какой цвет волос преобладает у учащихся?

- Цвет волос зависит от многих факторов, а самое главное пигмента, который называется **меланин**. Он находится в клетках коркового слоя волоса. Определяющую роль играют два цвета: черно-коричневый цвет и желто-красный цвет. Сочетание этих красок дает всю гамму цветовых оттенков. А в нашей школе у многих учащихся волосы темные, чуть меньше светловолосых, а детей с рыжими волосами совсем мало.

Какой цвет волос преобладает среди учащихся начальных классов?



Цвет волос напрямую зависит от количества меланинов (эумеланинов и феомеланинов), присутствующих в локонах. Если преобладает эумеланин (коричневый и черный оттенки), то пряди темного цвета, а если больше феомеланина, то локоны будут светлых тонов

Меланин

Эумеланин

(чёрный пигмент)

Феомеланин

(красный пигмент)



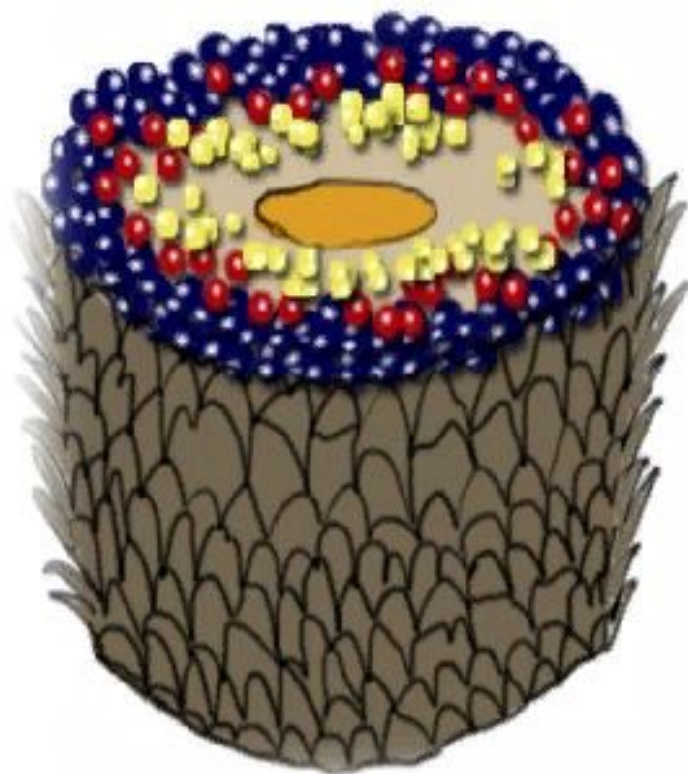
НАТУРАЛЬНЫЙ ЦВЕТ ВОЛОСА

определяется типом меланина

Эумеланин -
преобладание синего и красного

Феомеланин –
преобладание красного и желтого

От количества пигментов
зависит уровень тона
волоса (светлота)



Седина.

Человеческий волос окрашивается пигментами меланина.

Эумеланин. Он отвечает за темно-коричневый, черный окрас шевелюры.

Феомеланин. Чем его больше, тем волосы рыжее.

Смешиваясь, эти пигменты и создают основной цвет.

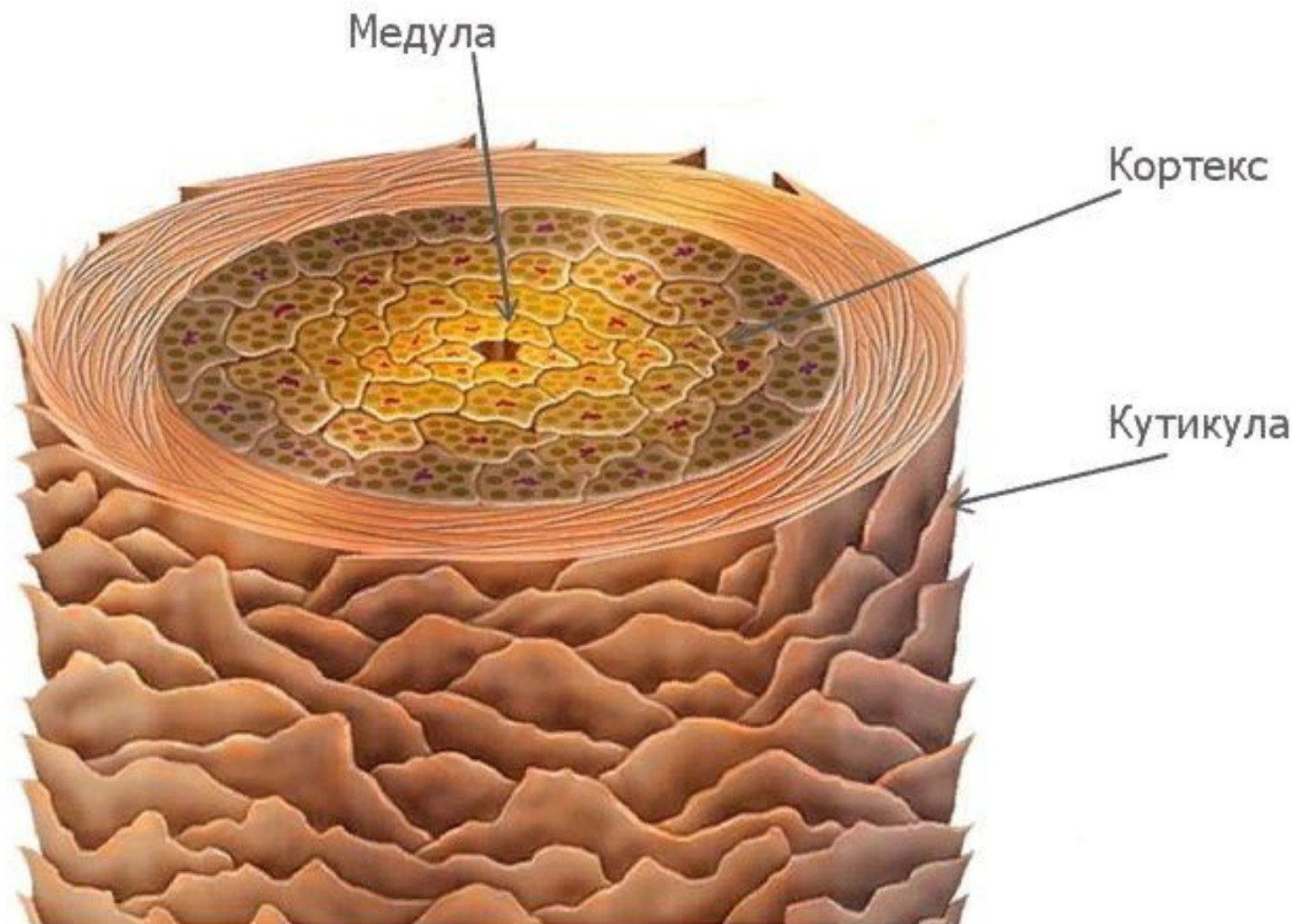
Активность меланоцитов уменьшается каждое десятилетие на 15-20%, начиная с 30-него возраста.

Со временем меланоциты умирают, и волосы становятся обесцвеченными – седыми. Также волосяные фолликулы в процессе работы образуют перекись водорода – перекись в здоровом волосе немедленно разрушается каталазой (гемопротейн, фермент вырабатываемый печенью).

С возрастом каталазы у человека становится меньше, и волоски накапливают перекись, которая отбеливает локоны изнутри. Стареющий локон изменяет и структуру – в нем скапливаются пузырьки воздуха, которые добавляют светлости прядкам.



СТРУКТУРА ВОЛОСА ЧЕЛОВЕКА

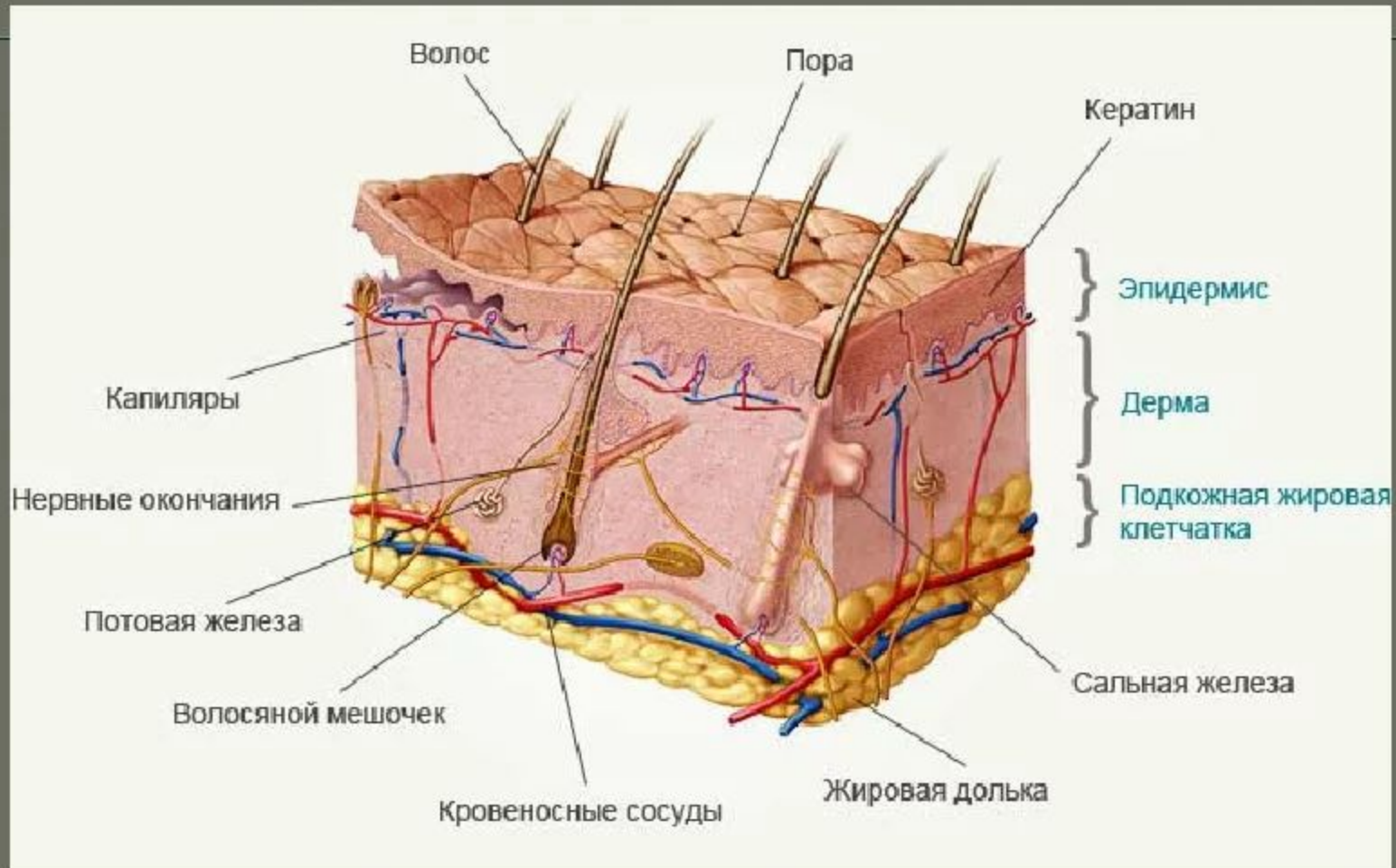


Кутикула — самая прочная часть волоса, защищающая его внутренние слои. По мере отрастания волоса кутикула повреждается и постепенно разрушается, оголяя кортекс. В местах разрушения кутикулы происходит повышенное испарение воды: стержень волоса начинает терять влагу, становится ломким, на нем скапливается электростатический заряд. Все это ведет к тому, что эстетические свойства волос ухудшаются — они спутываются, ломаются, тускнеют, плохо укладываются. Большую роль в разрушении кутикулы играют агрессивные внешние факторы — температура, УФ-излучение, расчесывание, химические соединения (в том числе и те, которые попали на волосы в составе

Под кутикулой находится кортекс — корковое вещество, состоящее из удлинённых мёртвых клеток, которые придают волосу прочность и эластичность. Кортекс содержит пигмент меланин, определяющий естественный цвет волос.

В центре каждого волоса есть мозговое вещество - медула, оно состоит из мягких кератиновых клеток и воздушных полостей. Назначение этого слоя неизвестно, но предполагается, что по нему поступают питательные вещества к кортексу и кутикуле. Этим можно объяснить быстрое изменение волос при заболеваниях. У животных мозговой слой хорошо развит — присутствие воздуха внутри волосяного стержня снижает его теплопроводность: такие волосы служат хорошей теплоизоляцией и защищают организм от перепадов температуры окружающей среды. У человека мозговой слой

Строение кожи



ИМЕЮТСЯ ЛИ ВОПРОСЫ?

