

علاج الشعر

لا تنس

- أن معدل نمو الشعر يتراوح ما بين (١-٣) سم فقط في الشهر، ولهذا فالعلاج يأخذ وقتاً أطول، فلا تتعجل النتائج.
- معدل سقوط الشعر الطبيعي من (١٠-٤٠) شعرة كل يوم فلا تنزعج.
- الشعر مرآة الجسم، يعكس حالته في الصحة والمرض، يحزن مع الحزن، ويتساقط مع سوء التغذية.
- الأملاح تسبب مزيداً من القشرة في الشعر (مع الإفرازات العرقية) كما تسبب في سقوط الشعر، ويفضل استخدام خل الأعشاب للقضاء على القشرة.
- ضعف مناعة الجسم يؤدي إلى تمرد الفيروسات، والفطريات، وبالتالي ظهور مناطق صلعاء في الشعر (الثعلبة)، ولا بد من علاج ضعف المناعة أولاً.
- يفضل استخدام المشط العاج، أو الخشب، وممنوع استعمال المشط البلاستيك اللين.

علاج سقوط الشعر، والشعر المجعد:

- مغلي ملعقة من الأملح في كوب ماء، ويدلك به فروه الرأس، أو ملعقة من الصبار البلدي تقطع، وتغلي خمس دقائق في نصف كوب زيت زيتون، ويدهن به جذور الشعر، ويغسل بعد ساعة بالماء الدافئ (يوميًا).
- الحناء + حب الرشاد + الزنجبيل + الشاي + الحلبة المطحونة + قرنفل مطحون + ورق توت جاف من كل نوع + كوب زبادي وتوضع على الرأس طول الليل (يوميًا).

- حمام الزيت الساخن (زيت الزيتون + زيت حبة البركة + زيت لوز مر + زيت جوز هند + زيت قرنفل) تدليك الشعر صباحًا ومساءً، وعدم غسل الشعر بعدها، ثم توضع بعد الزيت فوطة ساخنة (مغموسة في ماء مغلي) على الرأس مدة نصف ساعة (يوم بعد يوم)، وهذا الحمام الساخن لعلاج السقوط، ولفرد الشعر.

فرد الشعر

إياك وفرد الشعر بمكواة الشعر، أو باستخدام الفرد الكيماوي.. فربما أدى ذلك إلى سقوط الشعر كله، أو ظهور مساحات خالية في الرأس.

١- استخدام البلسم، أو المايونيز، أو حمام الزيوت الساخن كما سبق مرتين أسبوعياً.

٢- اغلِ الماء قبل استعماله للشطف، لأن الكلور هو أكبر المواد ضرراً للرأس.

وإياك واستخدام الشامبو أكثر من مرة في الأسبوع، فإنه يجفف الشعر.

٣- خل الأعشاب مع عسل النحل النقي (٣-١) يغذي جذور الشعر، ويجعله أكثر لمعاناً، ويقضي على القشرة تماماً.

علاج الثعلبية.

- يخرش مكان الثعلبية بحقنة معقمة، ويدهن المكان بزيت زيتون مهروس فيه ثوم (٢) ملعقة زيت زيتون + ٤ فصوص ثوم مهروس) صباحًا ومساءً مع سنفرة الرأس بقطعة صوف.

▪ يمكن دهان الرأس بخل الأعشاب + العسل، وكذلك كل العلاج السابق.

▪ عصير نبات قثاء الحمير يدللك به جلد الرأس، وكذلك مغلي ملعقة كزبرة البئر.