

www.detkityumen.ru

Уход за детскими волосами

Особенности детских волос Окончательно волосяной покров формируется к 8-10

годам. Многие мамы и бабушки считают, что когда малышу исполнится 1 год, его нужно побрить налысо, и тогда новые отрастающие волосы будут густыми и красивыми. Но специалистами доказано, что никакого эффекта улучшения структуры волос после их сбривания у ребенка не происходит. **Бритье волос в годовалом возрасте – это всего лишь традиция**, которая соблюдается в некоторых семьях. Очень часто у грудничков на волосистой части головы образуется корочка желтоватого или коричневатого цвета, которую еще называют «молочная корочка». Это проявление себорейного дерматита младенцев, но оно считается нормальным явлением. С возрастом корочки исчезают сами собой, и кожа головы становится чистой. Но если есть желание очистить голову от корочек, нужно перед купанием смазать голову ребенка растительным маслом и подождать 10-15 минут. За это время корочки размягчатся, и во время купания можно очень аккуратно вычесать их частым гребешком. Для роста и хорошего состояния волос **необходимо правильное питание**. Позаботьтесь о том, чтобы в рацион ребенка входила пища, богатая витаминами и минеральными веществами.

Мытье волос не требуют частого мытья, так как почти всегда они бывают нормального или сухого типа. Малышам в возрасте до года волосы можно просто споласкивать водой 2-3 раза в неделю. Если есть необходимость, можно использовать и детский шампунь или пенку, но как можно реже. **Дошкольникам рекомендуется мыть голову 1 раз в неделю.** Для мытья волос нужно использовать детский шампунь. Но, покупая его, нужно обратить внимание на его состав. Желательно, чтоб в нем по минимуму содержались такие вредные компоненты, как парабены, сульфаты, минеральные масла, синтетические отдушки, консерванты, красители. Шампунь должен быть **РН-нейтральным**. Чем больше срок годности шампуня, тем больше в его составе консервантов. Обратите внимание, на возраст, с которого можно использовать данный шампунь. Перед мытьем волос их необходимо расчесать. Шампунь лучше наносить только один раз, при этом слегка массируя кожу головы, затем тщательно промыть волосы водой. Вода для мытья должна быть не очень горячей, оптимальная температура – 37-39° С. Бальзам-ополаскиватель нужно использовать, только если в нем есть необходимость (волосы сильно путаются и плохо расчесываются). Излишнее использование дополнительных магазинных средств может нанести вред чувствительным волосам и нарушить естественный защитный барьер детской кожи. Можно **ополаскивать волосы отварами лекарственных трав** (шалфей, ромашка, крапива, лист березы). Они укрепляют волосы и придают им блеск. После мытья волосы нужно **высушить полотенцем**. Не нужно сильно тереть волосы, лучше завернуть их в полотенце и промокнуть. Очень нежелательно использовать фен для сушки детских волос, его постоянное использование неблагоприятно влияет на детские волосы, делая их более сухими и ломкими.

Расчесывание волос и прически Лучшая расческа – деревянная, для длинных волос удобнее не простая расческа, а массажная щетка. Проверьте, чтобы кончики зубцов расчески не были слишком острыми, они могут царапать кожу головы. Не желательно расчесывать мокрые волосы, так как это может повредить их структуру. Длинные волосы у девочек расчесывают по отдельным прядям, снизу вверх, а затем всю голову сверху вниз. **Расчесывать волосы нужно не меньше двух раз за день.** Если волосы у девочки тонкие, но густые или сильно вьющиеся, то они могут спутываться и образовывать колтуны, которые трудно и больно расчесывать. В этом случае после мытья можно использовать бальзам-ополаскиватель для волос, а при расчесывании специальные средства - спреи, облегчающие расчесывание. Длинные вьющиеся волосы, склонные к запутыванию, **нежелательно носить распущенными весь день**. Лучше тщательно

расчесать их и заплести в красивую прическу. Рекомендуется периодически подравнивать кончики волос.

У ребенка должна быть своя **собственная расческа**. Нужно объяснить, что нельзя давать ее в пользование другим детям, а также самому расчесываться чужими расческами. По мере загрязнения расческу нужно промывать в теплом мыльном растворе.

Делая девочке хвостики, не следует слишком сильно перетягивать волосы резинками. Косички тоже не должны быть слишком тугими. Постоянное однообразное заплетание может привести к ухудшению структуры волос и даже появлению залысин на голове, особенно при длинных тяжелых волосах. Расположение пробора на голове тоже нужно время от времени менять.

Если вы делаете девочке прическу с применением средств для укладки, например на праздник или выступление, то вечером нужно обязательно вымыть волосы, чтоб смыть все эти средства.

В жаркую погоду детям нужно **носить головной убор**, который помимо защиты от солнечного удара еще и защищает волосы от пыли и вредного воздействия прямых солнечных лучей.

по материалам сайта [Женская энциклопедия](#)

Адрес на сайте «Детки!» www.detkityumen.ru/biblio/category135/category139/2166/