

## **Für die Haarpflege sind einige Punkte zu beachten, die nicht nur für Haarverlängerungen gelten, sondern durchaus auch wichtig für Ihr eigenes Haar sind.**

### **Kämmen**

Auch bei dieser an sich relativ banalen Tätigkeit können Sie vieles falsch machen. Je länger Ihre Haare sind, desto wichtiger ist die Beachtung dieser Punkte.

Benutzen Sie das richtige Zubehör!

**Warum?** Billige Käämme haben scharfe Kanten, die die Haare mechanisch belasten, und wenn Sie Bürsten verwenden, wählen Sie nicht zu feine. Käämmen und Bürsten belastet die Haare mechanisch außerordentlich stark. Verwenden Sie insbesondere bei langen Haaren einen groben Kamm oder eine grobe Bürste.

Arbeiten Sie mit Bedacht!

**Warum?** Je länger und je feiner Haare sind, desto mehr und desto leichter verwirren sie sich. Wenn Sie nun mit aller Kraft Ihren Schopf "durcharbeiten", werden Sie viele Haare überdehnen und abreißen. Arbeiten Sie deshalb mit System und mit Verstand, käämmen Sie erst die Spitzen und arbeiten sich dann langsam zum Kopf hin vor. Nehmen Sie kleine Haarbereiche und verwenden Sie nicht zu viel Kraft. Wenn Sie die Haare grob geordnet haben, können Sie bei Bedarf eine etwas feinere Bürste oder einen etwas feineren Kamm verwenden und nacharbeiten. Denken Sie daran: zu viel Kraft überdehnt die Haare, schädigt die Haarstruktur unheilbar und kann zum Reißen oder Brechen der Haare führen. Unsachgemäßes oder zu häufiges Bürsten rauht die Schuppenschicht auf, Ihr Haar verliert an Glanz und Widerstandskraft.

Vorsicht bei nassen Haaren!

**Warum?** Wie Sie vielleicht schon gelesen haben, sind Haare in nassem Zustand nicht so reißfest wie in trockenem. Auch reagiert nasses Haar viel empfindlicher auf Überdehnung. Überdehntes Haar aber verliert seine Spannkraft. Also behandeln Sie Ihr nasses Haar besonders sorgfältig.

### **Auch beim Waschen gibt es ein paar Dinge zu beachten:**

Benutzen Sie das richtige Shampoo!

**Warum?** Shampoos enthalten je nach Rezeptur neben rund 90% Wasser und waschaktiven Substanzen, sogenannten Tensiden, unterschiedliche Inhaltsstoffe, die auf entsprechende Haar- bzw. auch Kopfhauttypen zugeschnitten sind. Lassen Sie sich im Friseursalon beraten, und investieren Sie lieber in Markenprodukte als in "Geiz ist geil".

Waschen Sie richtig!

**Warum?** Ihre Haare wurden nicht dafür gemacht, mit Seifen und in nassem Zustand heftig durcheinander geknetet und gewalkt zu werden. Üblicherweise dürften Ihre Haare nicht so heftig verschmutzt sein, dass Sie tatsächlich durch massive Rubbelarbeit auch mechanisch Schmutz aus dem Haar entfernen müssen. Tatsächlich reicht das Auftragen und Einmassieren des Shampoos in Wachstumsrichtung der Haare. Sie fangen auf der Kopfhaut an und verteilen das Shampoo langsam bis in die Haarspitzen, ohne alles heftig durcheinander zu wirren. Nach kurzer Einwirkzeit spülen Sie die Haare gründlich aus. U.U. wiederholen Sie den Vorgang noch einmal in gleicher Weise.

Waschen Sie nicht zu oft!

**Warum?** Auch Waschen beansprucht Ihre Haare. Denken Sie daran, Wasser dringt in die Haare ein und bringt die Haare zum Quellen. Beim Trocknen wird das Wasser wieder langsam abgegeben, die Haare "schrumpfen" wieder zusammen. Beim Trocknen und Käämmen werden die Haare besonders beansprucht, ebenso beim Fönen. Es wäre naiv zu behaupten, daß diese ganzen Vorgänge das Haar absolut "kalt" lassen, egal was manche Haarmittelwerbung uns glauben machen will. Immer daran denken, unser Kopfhaar ist ein Überbleibsel unserer Körperbehaarung und soll uns ursprünglich wärmen. Die Evolution hat uns dieses Haar nicht gegeben, um es permanent zu waschen, es ist dafür einfach nicht gebaut. Konditionieren

Waschen allein ist insbesondere bei längeren Haaren oder Haarverlängerungen nicht genug, denn das Haar benötigt Pflegeprodukte, die es festigen und seine Käämmbarkeit verbessern.

1.) Benutzen Sie einen sogenannten Konditionierer bzw. eine Kur!

**Warum?** Insbesondere bei Haarteilen bzw. Haarextensions ist es wichtig, nach dem Waschen eine Kur bzw. einen Konditionierer in das Haar einzubringen, denn das Haarteil wurde während seiner Herstellung nicht nur gereinigt, sondern mit hoher Wahrscheinlichkeit auch blondiert und anschließend auf den von Ihnen gewünschten Farbton gefärbt. Selbst wenn beide Vorgänge sorgfältig und so schonend wie möglich durchgeführt wurden, so haben sie doch das Haar strapaziert. Gönnen Sie deshalb dem Haarteil, was Sie Ihrem Haar im Falle einer derartigen Behandlung auch geben würden. Kuren bzw. Konditionierer sorgen, je nach Wirkstoff, für eine anliegende Schuppenschicht und damit für mehr Glanz und bessere Käämmbarkeit.

### **Fönen:**

Fönen ist doch nur heiße Luft, was soll da schon schief gehen? Aufpassen!

Weniger Hitze ist mehr!

**Warum?** Trockene Haare sind stabil bis etwa 280° C, bei nassen Haaren ist bei 140°C Schluss. Wasserdampf hat bekanntlich eine Temperatur von rund 100°C, und liegt damit relativ nahe an der Schädigungsgrenze von nassem Haar. Haare nehmen bekanntlich Wasser auf, dh. es wird in den Zellen der Faserschicht eingelagert, die Zellen quellen. Wenn Sie nun sehr viel Hitze einbringen, versucht das Wasser zu verdampfen, und zwar nicht nur das auf dem Haar, sondern auch das in dem Haar befindliche. Dabei dehnt es sich naturgemäß aus und zerstört damit die Zellen. Also lieber mit geringerer Wärmezufuhr arbeiten, nehmen Sie sich etwas mehr Zeit, Ihr Haar wird es Ihnen danken.

Trockenkämmen - vergessen Sie's!

**Warum?** Diese Frage haben wir eigentlich schon in den oberen Absätzen beantwortet. Stellen Sie sich das Zusammenspiel von mechanischer Beanspruchung und heißer Luft bei den empfindlichen nassen Haaren einmal plastisch vor, dann verstehen Sie, warum hier Vorsicht angebracht ist. Wie es richtiger ist? Zuerst drücken Sie Ihre Haare vorsichtig in einem trockenen Handtuch aus. Dann ordnen Sie die nassen Haare mit groben Kamm, fangen Sie an den Haarenden an, und arbeiten Sie sich langsam und vorsichtig zum Haaransatz vor. Dies machen Sie von oben, also auf der Haaroberfläche, als auch von unten an der Haarunterseite. Dann fönen Sie das Haar vorsichtig bei mittlerer Wärmeeinstellung, bis es nur noch etwas feucht ist. Dann nehmen Sie erneut den groben Kamm und arbeiten das Haar noch einmal, wie vorstehend beschrieben, durch. Dann nehmen Sie eine normale Bürste, und arbeiten das Haar noch einmal, wieder von den Spitzen bis zum Haaransatz, vorsichtig durch, wieder von oben und von unten. Dann Fönen Sie das Haar trocken, indem Sie lediglich mit den Fingern durchs Haar fahren. Wenn Sie rundfönen wollen, dann fangen Sie beim letzten Arbeitsgang entweder weiter oben im Haar an und bearbeiten abschließend die Haarspitzen mit der Rundbürste, oder Sie bearbeiten nur die Haarspitzen mit der Rundbürste und lassen das übrige Haar so trocknen.