

Rambut merupakan mahkota bagi setiap wanita. Tidak kira sama ada anda berhijab mahupun tidak, penjagaan rambut harus diutamakan. Ini adalah bagi membentuk keterampilan dan juga keperibadian diri sendiri. Tambahan pula, kecantikan seseorang wanita adalah bermula daripada dalaman iaitu keyakinan dan kepuasan diri sendiri.



PENJAGAAN RAMBUT BUAT WANITA Berhijab

Majoriti wanita yang berhijab akan mengalami masalah rambut seperti kelemumur, rambut berbau, kulit kepala berminyak dan juga rambut gugur. Ini berpunca daripada kurangnya ketelitian dalam penjagaan rambut dan memandang ringan semua aspek penting dalam penjagaan mahkota wanita ini.

Di samping itu, tidak dinafikan wanita berhijab memerlukan penjagaan rambut yang lebih rapi dan menyeluruh berbanding wanita yang tidak berhijab. Ini kerana, keadaan kulit kepala dan rambut yang sentiasa tertutup boleh mengundang kerosakan rambut jika tidak dirawat dengan baik.

Bagi wanita yang berhijab, pemilihan syampu adalah penting bagi mendapatkan

kesesuaian produk dengan masalah rambut yang dihadapi. Tidak semua syampu yang berada di pasaran efektif dalam menangani masalah-masalah rambut. Jadi para wanita perlu lebih peka dan teliti dalam mendapatkan syampu yang sesuai.

Sebelum membuat keputusan untuk memilih syampu yang diinginkan, seseorang Individu tersebut haruslah mengenal pasti terlebih dahulu jenis masalah rambut yang dihadapi. Ini adalah bagi mengelakkan tersalah pilih produk, sehingga mengakibatkan masalah rambut menjadi bertambah kritikal.

Selain syampu, penggunaan perapi turut penting dalam merawat rambut yang bermasalah. Ini bagi mendapatkan

hasil yang lebih efektif dan secara tidak langsung bagi memiliki rambut yang sihat dan senang terurus sepanjang masa. Jadi, bagi wanita yang berhijab jagalah mahkota anda ini sebaik-baiknya. Walaupun rambut ini tidak didedahkan kepada umum, tetapi cukuplah sekadar anda sendiri yang merasai kepuasan memiliki rambut yang sihat dan cantik.

Malah bagi mengelak masalah rambut berbau ini juga, pertama sekali sudah tentu bermula dengan cara cucian. Penting untuk kamu merehatkan dahulu rambut dan kulit kepala sebelum dicuci. Pulang dari tempat kerja, kuliah atau bersukan, pastikan anda memberi ruang kepada rambut dan kulit kepala untuk bernafas. Lepaskan ikatan pada rambut jika ada.

CARA CUCIAN:

1 Kenal pasti terlebih dahulu kategori rambut dan kulit kepalamu. Adakah ianya jenis kering atau berminyak? Jika kering, elakkan menggunakan air panas kerana ia boleh membuatnya bertambah kering.

Jika jenis berminyak, basahkan rambut dan kulit kepala terlebih dahulu dengan air panas atau air suam sambil melakukan urutan lembut supaya pori-pori kulit kepala dan kutikel rambut boleh membebaskan minyak dan kekotoran yang melekat padanya.

2 Lakukan dua kali cucian atau lebih mengikut keperluan. Jika berambut panjang, cucian pertama menggunakan syampu tidak mencukupi. Jadi, anda mungkin memerlukan cucian kedua dan ketiga.

Kemudian bilas sehingga bersih, bermaksud anda benar-benar pasti tiada lagi syampu yang tertinggal kerana ia boleh menyebabkan rambut dan kulit kepala rosak atau mengalami kerengsaan.

3 Untuk kenal pasti sama ada rambut anda memerlukan lebih daripada satu kali cucian dalam satu masa, perhatikan cucian pertama. Jika tiada atau kurang buih setelah diletakkan syampu, bermakna rambut anda memerlukan bilasan dan cucian yang kedua.

Tiada atau kurang buih bermakna ia mempunyai banyak lebihan minyak dan kekotoran. Jika cucian kedua, memuaskan hati, jangan sesekali diteruskan cucian yang seterusnya. Bimbang pula rambut dan kulit kepala kehilangan lembapan dan nutrien semula jadi.

4 Selepas itu, anda boleh mengurut lembut rambut bersama perapi. Biarkan seketika sehingga beberapa minit supaya ia dapat menyerap sempurna.

Kemudian, bilas dengan bersih. Anda akan mendapati rambut lebih lembut dan lembap berbanding sebelumnya.

Tip:

1 Sikat rambut sebelum mandi bagi memudahkan laluan air pada setiap helai rambut.

2 Elakkan bertukar-tukar jenis syampu yang digunakan. Jika jumpa yang sesuai, fokus pada satu jenis saja.

3 Satu atau dua kali sebulan, rawat sendiri rambut anda. Potong hujung rambut bagi mengelakkan masalah rambut bercabang.

4 Selepas mandi dan cuci rambut, elakkan aktiviti yang boleh menyebabkan kulit kepala anda berpeluh.

5 Elakkan memerah rambut yang sedang basah dengan terlalu kuat. Ini kerana struktur rambut ketika itu sangat rapuh.

6 Jangan mengenakan tudung ketika rambut masih basah atau lembap kerana ia adalah punca utama masalah rambut berbau.

7 Elakkan penggunaan anak tudung yang terlalu ketat dan pastikan ia daripada material yang memudahkan penyerapan peluh atau pengaliran udara.

8 Utamakan tudung atau selendang jenis kapas yang membantu memudahkan sistem pengudaraan.



RAWAT DIRI



BAWANG BESAR

Bahan-Bahan:

- Bawang besar
- Madu
- Pati minyak lavender

Cara Membuat:

1. Ambil suku biji bawang besar, cincang sehingga halus dan berair. Lalu masukkan ke dalam mangkuk.
2. Masukkan satu sudu madu kedalam mangkuk berisi bawang tadi.
3. Masukkan tiga titis minyak pati lavender.
4. Kacau hingga sebat.
5. Sapukan ke kulit kepala dan rambut sehingga rata.
6. Biarkan dikepala selama 30 minit. Basuh dengan bersih. Lakukan seti malam untuk mendapatkan rambut yang lebat tanpa masalah kegugur rambut.

AVOKADO

Bahan-bahan:

- 1/2 biji Avokado
- 1 biji pisang

Cara Membuat:

1. Lumatkan isi buah avokado bersama pisang.
2. Sapu campuran ini ke kulit kepala dan urut supaya rata.
3. Biarkan ia mengering selama setengah jam.
4. Bilas dengan syampu. Setelah rambut kering, anda akan mula nampak rambut menjadi lebih tebal dan beralun. **MW**

