

بهترین ماسک خانگی برای جلوگیری از ریزش مو و شوره سر

مو به علت ساختار ضعیفی که دارد بسیار شکننده بوده و به علت تاثیر عوامل محیطی دچار آسیب دیدگی می شود که پس از آن قدرت ترمیم ندارد، به همین علت مراقبت از آن بسیار مهم است.

به گزارش سایت خبری پرسون، برای درمان ریزش مو و رفع شوره سر می توانید از روغن زنجبیل، آب زنجبیل یا ماسک خانگی زنجبیل استفاده کنید و موهای سالم و پرپشت داشته باشید.

یکی از گام های اساسی برای حفاظت از مو داشتن رژیم غذایی سالم است و از مشکلات رایج مو که بسیاری افراد با آن مواجه می شوند ریزش مو و شوره سر می باشد. ریزش مو زیبایی انسان را تحت تاثیر قرار می دهد که علاوه براین می تواند مشکلات روحی را برای فرد به همراه داشته باشد.

دهها ترفند طبیعی وجود دارد که با استفاده از آن ها فولیکول های مو تغذیه شده و در نتیجه زیبا، سالم و ترمیم خواهند شد که یکی از این ترفندها استفاده از زنجبیل پرخاسیت در ترکیبات ماسک پوست که دراین بخش از سلامت پوست و مو در مورد آن خواهیم گفت.

مزایای زنجبیل برای پوست و مو :

همانطور که مراقبت از پوست بسیار مهم است ، مراقبت از مو نیز به همان اندازه اهمیت دارد . زنجبیل ماده ای است که برای سلامتی، تغذیه و رشد موها مفید بوده و علاوه بر ریزش موها ، شوره سر را نیز از بین خواهد برد اما براساس ادعای برخی، مزایای زنجبیل در بهبودی ریزش مو افسانه ای بیش نیست.

آیا زنجبیل باعث بهبودی رشد مو می شود؟

در طب آسیای شرقی از این ماده برای رشد مو استفاده می شود، با این حال برخی محققان بر معتبر نبودن این درمان ادعا دارند. در عوض برخی از آن ها ادعا می کنند که زنجبیل در کاهش التهاب پوست سر موثر می باشد به این صورت که تصور می شود هنگامیکه پوست سر پاک شود رشد مو نیز بهبود خواهد یافت.

آیا زنجبیل می تواند ریزش مو را کند و آهسته کند ؟

مصرف زنجبیل می تواند باعث بهبودی ظاهر و سلامت مو شود و به دلیل دارا بودن ترکیبات مفید برای مو برای تقویت مو مفید است.

عوارض جانبی احتمالی استفاده از زنجبیل:

زنجبیل به عنوان یک ادویه برای اکثر افراد بی خطر است اما اگر به آن حساسیت دارید از مصرف عصاره و روغن اساسی آن نیز خودداری کنید. به این منظور می توانید ۲۴ ساعت قبل از استفاده از زنجبیل برروی پوست یا مو مقدار کمی از آن را بر قسمت داخلی آرنج مالیده تا از حساسیت آن آگاه شوید.

برخی از علائم احتمالی حساسیت پوست به زنجبیل عبارتند از:

خارش
دانه های قرمز پوستی
کهیر یا جوش
افزایش التهاب
احساس سوزش
خارش پوست

چگونه از زنجبیل برای مو استفاده کنیم؟

استفاده از زنجبیل می تواند یک تجربه جذاب باشد بدین صورت می توان با استفاده از دستورالعمل های زیر از زنجبیل ماسک هایی را تهیه و استفاده کرد :

۱. روغن زنجبیل :

روغن زنجبیل بصورت عصاره و اسانس در دسترس می باشد.

مواد لازم :

روغن زنجبیل

روغن های حامل چون نارگیل ، آرگان و جوجوبا

طرز تهیه و طریقه استفاده :

ابتدا مقداری مساوی از روغن زنجبیل را به همراه یکی از روغن های حامل به منظور رقیق کردن بایکدیگر مخلوط کنید و سپس به تمام موهای خود مالیده و بااستفاده از یک کلاه رنگ موهای خود را بپوشانید و به مدت ۱۵-۳۰ دقیقه صبر کنید و در نهایت با آب ولرم شستشو دهید.

اگر از این ماسک برای پوست سر استفاده می کنید برای اسیدپته کردن آن می توانید مقداری ماست ، لیمو و یا سرکه سیب نیز به ترکیب بیفزایید.

۲. آب زنجبیل :

آب زنجبیل مستقیما از ریشه زنجبیل تهیه می شود . به این منظور می توانید ریشه ی تازه بریده شده زنجبیل را مستقیما بر پوست سر خود ماساژ دهید و یا ریشه زنجبیل را در مخلوط کن ریخته و سپس استفاده کنید.

۳. ماسک زنجبیل:

مواد لازم :

مقداری زنجبیل

یک قاشق غذاخوری روغن زیتون

یک قاشق غذاخوری عسل

طرز تهیه و طریقه استفاده :

ابتدا مقدار کمی زنجبیل تازه را رنده کنید و با روغن زیتون به همراه عسل به خوبی با یکدیگر مخلوط نمایید و پس از آن موهای خود را در حمام کمی مرطوب کرده و این ترکیب را اعمال کنید ، سپس موهای خود را توسط کلاه یا پلاستیکی بپوشانید و به مدت ۴۰ دقیقه صبر کنید و در نهایت به خوبی شستشو دهید . ازاین ماسک می توانید هفته ای یکبار استفاده کنید.

فواید ماسک زنجبیل :

استفاده منظم ازاین روش های درمانی زنجبیل سبب افزایش جریان خون به پوست سر ، تسریع رشد مو و کاهش ریزش مو می شود. علاوه براین تارهای مو ضخیم شده و شوره سر ازبین خواهد رفت.