



רוצה בשיער נהדר? כל התכשירים בעולם לא יעזרו לך, אם לא יחיה לך שיער בריא. שיער חולה אינו יכול אף פעם להיות יפה, משיי, נעים לליטוף.

משום כך, עמדי על המשמר: ברגע שמוסיפים בשיער סימני מחלה — טפלי בהם מייד. כדי לעזור לך בכך, מגלה לך „עולם האשה" מה הם הליקויים העלולים לפגוע בעטרת ראשך, ומה הם הסימנים הראשונים המצביעים בכל מיקרה על הסכנה.

קרחת

פולים מסוימים, כגון קרניים אולטרה-סגור ליות, עשויים לעזור.

אנמיה

מחלה זו יכולה לגרום לשיער לאבד את רכותו וגמישותו, ולהחליש אותו. מומחה לשיער (טריקולוגיסט) מסוגל בדרך כלל

זהו כמובן האסון הנורא ביותר. קיימים שלושה סוגים של אסון זה: ישנה קרחת הנגרמת פשוט עקב ויקנה, ישנה קרחת טרם זמנה, וישנה קרחת חלקית, מה ושם. הסוג הראשון אינו ניתן לריפוי. הסוג השני, אם הוא צץ אצלך מסיבות תורשתיות, גם כן אינו ניתן לריפוי. אולם הוא עלול

איך לשמור על עטרת ראשך

לאבחן מצב זה פשוט עלידי מישוש השיער באצבעותיך, ואז יש להניח שימליץ בפניך להתייעץ עם רופאך, בהתחשב בכך ש-אנמיה אינה מזיקה לשיער בלבד, אלא לכל הגוף. הטיפול שתקבלי מרופאך יכלול מן הסתם וריקות כבד, ויטאמינים וטבילות בריזל, בנוסף לדיאטה נכונה, שגם היא חיונית

גם להיגרם עקב מחלות שונות בעור הקרקעית. אם למולך זה המיקרה אצלך, ניתן לרסא אותו, או לפחות למנוע הרעת המצב. הקרחת השלישית, זו המופיעה באיזורים מוגבלים, נגרמת לרוב כתוצאה מעצבנות ומתח נפשי. צרה זו יכולה לקרות לכל אחת, בכל גיל, היא קשה לריפוי, אך טי

המיפלצות שלי

אכן, בלי זה לא היינו יודעים. „עכשיו, הסביר לילדה את השלב הבא, „אני אתחיל למשוך אותה החוצה, וברגע שאת תרגשי שזה כואב, תגדי, ואז אני אפסיק."

זה כבר שלושה ימים שהשן של דנה משגעת לנו את כל הבית. לא לבלוע ולא להקיא: מתנדנדת, מתנדנדת, כל רגע חושב בים הופ — הופ — ובסוף לא הופ ולא

השן מתנדנדת - וכולנו איתה ביחד

עוד נידנדד בראש. עוזי מתחיל למשוך. ידו רועדת, פיו קמוץ במתיחות עילאית, ועינו על פרוץ בת הזקונים שלו, נכון לחזול ברגע שזו תשמיע הנה. אלא שזו לא משמיעה הנה. עוזי מושך, מוסיף ומושך — כלום. הקטנה לא צורחת והשן לא יוצאת. אחרי שניות ממושכות, רוחות דממה ומתח, מתייאש בעלי: „היא עוד יושבת חזק מדי," הוא קובע את הדיאגנוזה שלו. „צריך לחכות עוד כמה ימים."

בסוף, מובן מאליו שפרשה כזו היא עניין לגברים, לא לי. „דנה, בואי אני אוציא לך את השן," הציע בעלי באבירות. „לא רוצה." זעקות עד לב השמיים. „טוב, מה את צורחת כל כך, רק שאלתי, לא!" התרגז בעלי. „אבל אני לא יכולה לאכול," ייבבה ה-קטנה. „תאכלי רק על הצד השני," הציע אריק בכורי. רעיון מצויין. דנה התחילה ללעוס על הצד הבריא — ולפתע שוב ייללה: „התבלי בלתי ולעסתי עם השן," היא גונחת.

למחרת שיתנה הקטנה את זעתה: „טוב, אבא, תוציא לי את השן," הכריזה מייד בבוקר. בעלי ניגש למלאכה בפסיכולוגיה: „קודם אני רק אגע בה בשביל לבדוק," הסביר. הקטנה, חיוורת אן נחושה להיות גיבורה, נידנדה בראשה לאות הן, פיה פעור לרוחה. עוזי ביק את המצב בעדינות, הכי ריז בקול: „טוב, היא מתנדנדת באמת."

לשמירת בריאות השיער. דיאטה נכונה חייבת להיות עשירה בפרוטאינים ודלה בשומן מן החי. סוכר הוא האויב הגדול ביותר

„טוב, בלי טובות," נעלבה דנה. בתנועת כעס היא הכניסה את אצבעותיה לפה, תפסה את השן הכואבת, נתנה משיכה — והשן היתה לפתע מונחת בכף יד. אז אני שואלת אתכן — אלוהים לא עזר שם מאיתנו צחוק לפעמים?



של שיערך. אולם בעיקר עליך להקפיד על הפרוטאינים.

הפרוטאין חיוני כל כך בגלל שהוא הינו למעשה החומר המרכיב את השיער. השיער בנוי מפרוטאין בשם קאראטין. (קראטוס ביונית פירושו קרן). התהליכים החימיים בגוף המייצרים את הקאראטין זקוקים לפרוטאינים, הרבה פרוטאינים. רק כך יהיה לך שיער בריא, עור בריא, ציפורניים בריאות.

כאשר הקאראטין הזה מכסה את השיער בצורה אחידה, את בעלת שיער חלק. כאשר הוא מרוכז יותר בצד אחד של השערה, נופל בחלקך להיות מסולסלת.

את הפרוטאינים החיוניים את יכולה לי-הוסיף לשיערך לא רק באמצעות מזון, אלא גם ישירות. מזה דורות נוהגות נשים לחפור את שערן בחלמוני ביצים. השיטה פשוטה: את חוספת את שערך קלות במים פושרים ושמפו, אחר שופכת על שערך את החלמוני ומורחת אותו על כל שטח הראש עלידי עיסוי קל. במצב זה את נשארת במשך רבע שעה, אחר שוטפת פעמיים במים פושרים.

קשקשים

אלו הם פיסות עור מת מקרקפתך. קודי קוד גורמאלי משיר את העור המת בריסים זעירים שאין להבחין בהם. אך כאשר המצב הגורמאלי הזה משתבש, הופכים הריסים לחתיכות גדולות. הסיבה הנסוצה ביותר: הפרעה בקצב הצמיחה של השיכבה העליונה של עור הקרקפת, תהליך הידוע בשם קארטיניציצה.

כאשר את מגלה אצלך קשקשים, חיוני הוא שתנקי את שיערך מהם בעזרת שמפו נגד קשקשים כלשהו. אם כעבור זמן מה הקשקשים אינם נעלמים, פני למומחה-לשיי (המשך בעמוד 32)