

Frostige Angelegenheiten

Gerade wenn es draußen kalt ist und man wieder Mützen und Kapuzen trägt, brauchen die Haare viel Aufmerksamkeit und **Pflege**. Beraten Sie Ihre Kunden, worauf es jetzt ankommt.

Die einen lieben den Sommer mit viel Sonne, die anderen den Winter mit seiner Kälte. Beide klimatischen Bedingungen fordern Haare und Kopfhaut auf besondere Art und Weise heraus. Damit sie die nasskalte Luft draußen und die heizungstrockenen Räume drinnen gut überstehen, empfiehlt es sich den Schopf entsprechend mit

passendem Shampoo, Öl und sonstigen Pflegeprodukten zu versorgen. Frostige Grade bringen nicht nur Haar und Kopfhaut leicht aus ihrer Balance, die Frisur sitzt auch nicht immer so, wie Frau und Mann sich das wünschen. Die Haare sind statisch aufgeladen, dank Kopfbedeckungen am Ansatz platt oder das Volumen fehlt gänzlich. Sie sind glanzlos und auf einmal rieselt es – aber kei-

nen Schnee, sondern Schuppen. Erklären Sie im Kundengespräch, dass es ganz normale Begleiterscheinungen des Winters sein können, die sich meistens bei gezielter Behandlung wieder bessern.

(K)ein prima Klima für Mützen

Viele Kunden empfinden ihre Frisur im Winter als unberechenbar. Föhnfrisuren mit Glättung oder leichter Welle verwandeln sich in der nasskalten Luft in krisselige, aufgesprungene Locken und die ganze Arbeit ist dahin. Wer dann von seiner Frisur wenigstens etwas Format behalten möchte, trägt eine Mütze. Das schützt zwar vor Krissellocken am Kopf, doch in den Längen springen die Haare trotzdem auf. Dann wandert doch gleich die gesamte Frisur unter die Mütze. Mit der Folge, dass die Ansätze platt werden und sich die Haare womöglich noch statisch aufladen. Trotzdem praktizieren viele Kundinnen dies so, um halbwegs normal auszusehen. Damit Haare unter Mützen nicht zu stark plattgedrückt werden, empfehlen Sie Modelle, die auf dem Kopf möglichst locker und weit geschnitten sind. Das gibt ihnen etwas Spielraum

und hilft zumindest etwas Volumen und Form zu behalten.

Das haarige Winter-Einmaleins

Was Haare jetzt brauchen, ist Feuchtigkeit. Das mag zunächst paradox klingen, denn die Winterluft ist ohnehin sehr feucht. Doch mit Feuchtigkeit ist genau genommen kein Wasser gemeint, sondern Feuchthaltefaktoren, die Wasser im Haar halten. Wie zum Beispiel Aloe Vera, Hyaluronsäure sowie Pflanzenauszüge aus Eibisch und Brennnessel. Empfehlen Sie Ihren Kunden Produkte für trockenes, strapaziertes Haar. Ebenfalls bewährt haben sich besonders milde Shampoos sowie Nährpflegeshampoos, passende Conditioner und Haartagescremes. Sie binden Feuchtigkeit im Haar und helfen Fülle und Sprungkraft zu erhalten. In Stylingprodukten sollte der Alkoholgehalt möglichst gering sein. Denn auch Alkohol kann dazu beitragen die Haare weiter auszutrocknen. Besonders im Naturkosmetiksegment gibt es dazu passende Produkte.

So geht sanftes Pflegen

Was Haar und Kopfhaut ebenfalls schnell aus dem Gleichgewicht bringen kann ist allzu starke Hitze. Wer unter der Mütze ständig schwitzt, sollte besser ohne gehen oder ein Modell aus Naturfasern verwenden. Zum Waschen sollte die Wassertemperatur lediglich lauwarm und nicht heiß sein. Gerade im Winter neigen viele dazu, die Temperatur beim Duschen und Waschen noch ein paar Grade hochzudrehen. So angenehm das sein mag, es stresst Haar und Kopfhaut. Deshalb empfehlen Sie lauwarmes Wasser und eine sparsame Dosis des passenden Shampoos und Conditioners. Hier lautet die Devise: Doppelt so lange auswaschen



© micro / stock.adobe.com

wie shampooiert wurde. Anschließend Haare im Handtuchurban antrocknen lassen und mit einer Entwirrbürste sanft kämmen. Einmal pro Woche lohnt es sich, die Haare mit einer reichhaltigen Kur für trockenes, strapaziertes Haar zu pflegen. Bewährt hat sich im Winter zudem Haaröl. Erklären Sie dazu, Öl stets nur in sehr kleiner Menge auf Längen und Spitzen zu verteilen, um fettige Ansätze zu vermeiden.

Was tun bei statischer Aufladung? Wenn die Haare zu Berge stehen, ist die Physik daran schuld: Durch Reibung entsteht statische Aufladung. Dabei bilden sich auf der Haaroberfläche negativ geladene Ionen, die dafür sorgen, dass sich die Haare gegenseitig abstoßen und fliegen. Je trockener

und gestresster das Haar, desto stärker stehen sie ab. Helfen können hier beispielweise spezielle Ionenbürsten zum Kämmen. Empfehlenswert sind auch Bürsten mit Naturborsten. Zum Durchkämmen trockener Haare kann etwas Haarspray auf Bürste oder Kamm gesprüht werden. Fliegen die Haare trotzdem, empfehlen Sie ihren Kunden eine kleine Menge Haaröl, Haarwachs oder Pomade in den Händen zu verreiben. Nun im Abstand von einem halben bis einem Zentimeter übers Haar fahren. Alternativ funktioniert es auch mit Haarspitzenfluid oder einer Anti-Frizz Lotion. Empfehlen Sie außerdem, die Haare nicht sofort zu bürsten, wenn der Weg aus der Kälte in einen warmen Raum führt. Auch der Friseur kann helfen: Sehr stark gestufte Schnitte sind

anfälliger für statische Aufladung als gleichmäßig langes Haar. Neben Bürsten mit Ionen-Funktion gibt es heute Haartrockner mit Ionen-Technologie. Auch sie helfen statische Aufladung zu unterbinden. Sie trocknen Haare schonender und können so für mehr Glanz sorgen. Denn zu heißes Föhnen und Stylen macht sie matt, schädigt Längen und Spitzen. Styling-Werkzeuge wie Glätteisen, Glättbürste oder Lockenstab bitte nur zu besonderen Anlässen benutzen, da sie die Haare jetzt besonders stark schädigen können. Empfehlen Sie vorab dazu ein Hitzeschutzprodukt aufzutragen, um jede Faser vor zu starker Hitzeinwirkung zu bewahren.

Wie man sich bettet Was Haar und Kopfhaut noch guttut

sind regelmäßige Saunagänge. Wer regelmäßig schwitzt, steigert dabei die Fähigkeit des Körpers Wärme zu speichern. Dank des Wechsels von Hitze, Kälte und Ruhe lernen die Gefäße sich über die Poren schneller nach außen abzuschotten. Es profitiert also nicht nur das Immunsystem vom regelmäßigen Saunagang. Ein Geheimtipp gegen Spliss sind Kopfkissenbezüge aus Satin oder Seide. Denn raue Bezüge können bei strapaziertem Haar Spliss fördern. Auch von innen lässt sich haarige Pflege betreiben: Empfehlen Sie dazu täglich zwei Stück frisches Obst und drei Portionen Gemüse oder Salat – aus der Wintersaison, versteht sich. ■

*Kirsten Metternich von Wolff,
Freie Journalistin*

Anzeige

© pmpic / thinkstock / iStock

ANZEIGE

GEZIELT INFORMIERT!

Wir haben unsere Webseite runderneuert und dabei Platz geschaffen für neue Rubriken, neue Features und ein neues Fortbildungsmodul. Tägliche News mit Neuigkeiten rund um die Bereiche Pharmazie, Gesundheit und Ernährung runden die Seite ab. Überzeugen Sie sich selbst!

Besuchen Sie jetzt unsere Webseite unter
www.diepta.de

PTA 
DIE PTA IN DER APOTHEKE