



© Dmitry Shironosov / 123rf.com

Fest im Griff, mit natürlichem Glanz, gesunder Kopfhaut und weichem Fall: Indizien für normales Haar. Wer es sein eigen nennt, kann sich glücklich schätzen. Damit es lange gesund bleibt, stehen Sie Kunden beratend zur Seite.

aus Ihrem Sortiment. Normales Haar kann glatt, kraus, fein oder dick sein. Ganz gleich ob blond, brünett oder rot: Regelmäßige Pflege hilft dabei, es gesund zu halten.

Shampoo Wer sich damit wohl fühlt: Tägliches Waschen ist unnötig, alle zwei bis drei Tage reichen aus. Das ermöglicht der Kopfhaut, den Säureschutzmantel zu regenerieren. Vor dem Waschen sanft und gründlich durchkämmen. Empfehlen Sie milde Shampoos, deren pH-Wert im leicht sauren Bereich bei etwa 5,5 liegt. Wer ein Kräutershampoo wünscht, ist mit Produkten, die Kamillenblüten, Spitzwegerich, Zinnkraut oder Kieselsäure enthalten, gut versorgt. Hauptaufgabe des Shampoos liegt darin, die Kopfhaut von Fett, Schweiß, abgestorbenen Hautzellen und Haare von Gerüchen und Stylingprodukten zu befreien. Beim Waschen Wasser am besten lauwarm belassen. Zu heißes Nass schadet mehr, als es nutzt. Im Hinblick auf Shampoo reicht, je nach Haarlänge, eine hasel- bis walnussgroße Portion aus, ebenso wie einmaliges Shampooieren. Anschließend sehr gründlich auswaschen, damit alle Reste vollständig entfernt werden. Das schützt zudem vor Schuppenbildung, Brennen und Jucken. Faustregel: fünfmal so lange spülen wie zum Einschäumen gebraucht wurde.

Ganz normal

Es ist weder gefärbt, gestrahnt oder dauergewellt, fettig, trocken oder neigt zu Schuppen – normales Haar. Viele Frauen wünschen es sich, lassen nach jahrelangem Färben wieder ihre Naturhaarfarbe nachwachsen und bleiben dabei. Eine gute Möglichkeit, wieder zu-

rück zum normalen Haar zu gelangen. Allerdings braucht das Geduld: im Schnitt bis zu fünf Jahre, bis sich schulterlanges Haar einmal erneuert hat. Normales, gesundes Haar ist wahrlich ein Schatz, den es so lange wie möglich gilt zu erhalten. Damit das gelingt, helfen Ihre Tipps in Kombination mit passender Pflege

Conditioner Ob im Anschluss ein Conditioner zum Einsatz kommt, ist Geschmackssache. Wenn, dann sollte er nur in Längen und Spitzen eingearbeitet werden. Er hat keine intensiv pflegende Wirkung, sondern soll lediglich das Kämmen der besonders empfindlichen, nassen Haare erleichtern. Alternativ eignen sich dazu auch Bürsten mit weichen Borsten oder spezielle Kunststoffbürsten. Sie sehen aus wie eine Computermaus, bestehen aus verschiedenen langen, flexiblen Borsten, die schonendes Haarekämmen ohne Ziehen und Reißen ermöglichen.

Trocknen und Kämmen Bevor es ans Kämmen geht, nasse Haare nicht trockenrubbeln, sondern besser in einen Handtuchurban oder ein Mikrofasertuch wickeln und fünf bis zehn Minuten antrocknen lassen. Fragen Sie, ob, wie oft und heiß das Haar der jeweiligen Kunden im Anschluss mit Föhn oder Glätteisen behandelt wird. Empfehlen Sie dazu ein entsprechendes Hitzeschutzspray aus Ihrem Sortiment. Es schützt vor unnötigem Austrocknen und Spliss. Raten Sie zu niedrigen Föhntemperaturen, so bleibt der natürliche Glanz des Haars erhalten. Auch die

KUREN

Normales Haar sollte ein bis maximal zwei Mal pro Woche mit einer Extraportion Pflege verwöhnt werden, beispielsweise eine Haarkur für normales Haar. Diese vor dem Schlafengehen ins trockene Haar einarbeiten, damit sie nachts wirken kann. Alternativ bieten sich Expresskuren an, die binnen ein bis fünf Minuten ihr Wirkspektrum entfalten oder Leave-in-Sprühkuren. Auch wenn Pflegeprodukte auf Ölbasis gerade der Trend in der Haarkosmetik sind: Normales Haar braucht diese nicht. Wichtig ist, gesundes, normales Haar nicht zu überpflegen, dann wirkt es auf einmal schlaff und strähnig.

Talgproduktion auf der Kopfhaut behält ihre normale Funktion: Hitze kurbelt sie an, Haare können schneller nachfetten.

Kämme, Spangen & Co. Wer gesundes Haar hat, sollte es häufig offen tragen. Ständiges Zusammenbinden kann dazu beitragen, dass es brüchiger wird. Haargummis und -spangen sollten weder scharfe Ecken und Kanten noch Metallklemmen haben. Haargummis am besten aus einem Stück, also weder gummiert noch mit Metallring. Im Trend liegen Spiralgummis, die es in verschiedenen Farben gibt. Sie sind schonender zum Haar und verursachen weder einen Knick in der Frisur noch, dass die Haare beim Lösen darin hängen bleiben. Auch wenn es nicht danach aussieht: Sie haften gut und bieten eine schonende Alternative. Zum Kämmen empfehlen Sie beispielsweise die eingangs erwähnte spezielle Kunststoffbürste, Kämme aus Hartgummi oder Horn. Weder Kamm noch Bürste sollten scharfe Ecken oder Borsten haben. Damit alles hygienisch und style-technisch einsatzbereit bleibt, Kämme und Bürsten regelmäßig in lauwarmer Shampoolauge reinigen sowie Aufsätze elektrischer Rundbürsten enthaaren. ■

Kirsten Metternich,
Freie Journalistin

Anzeige

Keine Kompromisse bei Hämorrhoiden!



**Haenal® –
Kompetenz aus Ihrer Hand**

Lokal und schnell schmerzhaftes
Brennen und Juckreiz lindern.

Entzündungen und leichte Blutungen
eindämmen.

**EINFACH & SANFT
OHNE APPLIKATOR**

Haenal® fact Hamamelis Salbe. Haenal® Hamamelis Zäpfchen. Wirkstoff: Hamamelisrinde-Trockenextrakt. **Zus.:** 10 g Salbe enthalten 129 mg / 1 Zäpfchen enthält 66 mg Trockenextrakt aus Hamamelisrinde (5-7,7 : 1); Auszugsmittel: Ethanol 30 % (m/m). **Sonstige Bestandteile Salbe:** Glukosesirup (sprühgetrocknet), hochdisperses Siliciumdioxid, Cetylstearylalkohol (Ph.Eur.), Pfefferminzöl, weißes Vaselin, Wollwachsalkohole, Titandioxid (E 171). **Sonstige Bestandteile Zäpfchen:** Glukosesirup, Hartfett, hochdisperses Siliciumdioxid. **Anwendungsgebiete:** Zur Besserung von Beschwerden wie Juckreiz, Brennen, leichten Blutungen in den Anfangsstadien von Hämorrhoidaleriden. Salbe zusätzlich: Bei Entzündungen und leichten Hautverletzungen im Bereich des Darmausgangs. Zpf zusätzlich: Entzündungen der Schleimhaut im Bereich des Darmausgangs. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gg. Hamamelis o. einen der sonstigen Bestandteile. Salbe zusätzlich: Überempfindlichkeit gg. Cetylstearylalkohol, Wollwachsalkohole. **Nebenwirkungen:** sehr selten allergische Reaktionen. **Warnhinweis:** Salbe enthält Cetylstearylalkohol und Wollwachsalkohole. Packungsbeilage beachten. Stand Salbe/Zpf.: 02.2012/03.2014 **Haenal® akut.** 5 mg/g Creme. Wirkstoff: Quinisolocainhydrochlorid. **Zus.:** 5 mg Quinisolocainhydrochlorid in 1 g Creme. **Sonstige Bestandteile:** Glycerol 85 %, Polysorbat 60, Methyl(4-hydroxy)benzoat (E 218), Propyl(4-hydroxy)benzoat (E 217) [Parabene], Cetylalkohol, Natriummonohydrogenphosphat-Dodecahydrat, weißes Vaselin, gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiet:** Linderung von Brennen und Juckreiz bei ano-rektalem Symptomenkomplex. **Gegenanzeigen:** Überempfindl. gg. Quinisolocainhydrochlorid, Parabene (E 217 und E 218) oder einen der sonstigen Bestandteile. Stark blutende Hämorrhoidalknoten. **Nebenwirkungen:** Sehr selten Reizungen oder allergische Hauterscheinungen. Parabene (E 217 und E 218) können Überempfindlichkeitsreaktionen, auch Spätreaktionen, hervorrufen. **Wechselwirkung:** Haenal akut beeinträchtigt Reißfestigkeit und Sicherheit von Kondomen. **Warnhinweis:** enthält Cetylalkohol und Parabene (E 217 und E 218). Packungsbeilage beachten. Stand: 09.2013 **Strathmann GmbH & Co. KG, Postfach 610425, 22424 Hamburg**

www.haenal.de

HA_F3.0