



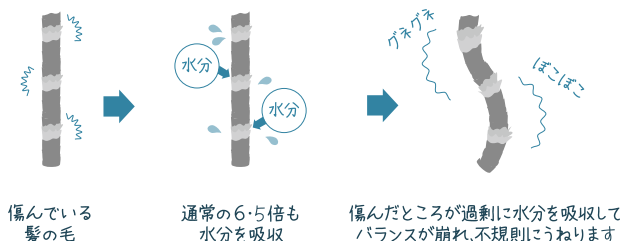
梅雨どきに気になる クセ毛のお悩み解決！

梅雨になると悩まされる、髪のがりやうねり。
湿度が高くなると髪が広がる原因を知って
湿気に負けずにきれいな髪を保ちましょう！

髪がうねる・広がる原因

●キューティクルのはがれ

髪の毛は湿度が高くなると空気中の水分を吸収して膨張する特性があります。髪の毛が傷んでキューティクルがはがれてしまうと、そこだけ集中的に水分を過剰に吸収して膨張し、強く不規則なうねりを引き起こします。ダメージヘアの水分の吸収量は健康な髪と比較して6.5倍とも。



●曲がった毛根

毛根が頭皮に対して垂直でない場合、毛が頭皮から出るまでの通り道が歪んでしまうので、曲がった髪の毛が生えてきてカールしやすくなります。遺伝の人もいますが、後天的な要因は、汚れや内外からのダメージなどといわれています。

1. 外側からの刺激で毛根が詰まる・頭皮が乾燥する
ヘアケア製品の成分、紫外線など
2. 物理的ダメージで毛根が変形する
髪の毛の引っ張りすぎ、レーザーの当てすぎなど
3. 皮脂バランスが過剰になって毛根が詰まる
洗浄不足、過剰な洗浄、ストレスによる過剰分泌など

髪のうねりと広がり対策

ドライヤーでしっかり乾かす

キューティクルは上から下に向かっていきます。流れに逆らうと、傷んでしまうので、頭頂から毛先へ乾かしていきます。下から上にブローをすると、髪が広がるだけでなく、クセも付いてしまうので注意。



髪の毛は100℃以上の温風を当て続けるとタンパク質が変質してしまいます。ドライヤーは15cm～30cmほど離して使しましょう。最後に冷風で乾かすと、熱で開いたキューティクルが閉じて引き締まるので、髪の毛のツヤがアップ&クセがつきにくくなります。

吹き出し口
近くは
約100℃

トリートメントで保護

キューティクルがはがれていると水分を溜め込むだけでなく、潤い成分も流出してしまいます。トリートメントでしっかりと保護してあげましょう。摩擦も減るので傷みにくくなります。

食事で髪を丈夫に！

偏った食生活が続くと、髪に栄養がいかなくなったり、血行不良で髪の毛のくせが強くなることもあるので、3食しっかり食べましょう。

髪にいい食べ物
肉や魚、乳製品、海藻類など



1日に数回ブラッシング

ブラッシングは、水分を髪全体に広げてくれるほか、髪の毛の汚れを落とす・頭皮の血行を良くする・頭皮の余分な皮脂を髪にまんべんなく行き渡らせるなど、さまざまな効果があります。

獣毛ブラッ

静電気が起きにくく、髪に自然なツヤを与えてくれます。ただし、密度が高いので、傷んだ髪にはNG。

☆髪が柔らかい人には豚毛、硬い人には猪毛がおすすめ。

目の粗いブラッ

髪が傷んでいる人は目の粗いブラッでやさしくブラッシングしてください！
木製など、静電気が起きにくいものがおすすめ。