**ZASADY PRAWIDŁOWEGO SUSZENIA WŁOSÓW**

**Właściwe suszenie włosów:**

Pielęgnacja włosów nie kończy się na nałożeniu odżywki! We wcześniejszym poście opisałam jak ważne jest właściwe czesanie włosów aby były zdrowe i błyszczące.

Po czesaniu bardzo ważne jest aby właściwie je wysuszyć. Nie należy kłaść się spać z mokrymi włosami, gdyż są one bardziej wrażliwe na uszkodzenia (które mogą wystąpić w trakcie tarcia włosów o poduszkę), a poza tym wilgoć i ciepło wytwarzające się podczas kontaktu z poduszką stwarza idealne warunki do rozwoju drobnoustrojów chorobotwórczych, które mogą zaszkodzić skórze głowy.

**Kilka zasad właściwego suszenia włosów:**

* włosy bardzo mokre należy najpierw dokładnie odsączyć (odcisnąć w ręcznik, nie trzeć!) aby skrócić czas suszenia suszarką
* jeśli występuje konieczność rozczesania włosów przed wstępnym suszeniem to należy używać do tego grzebieni o szerokim rozstawie ząbków aby zminimalizować ryzyko ułamania włosów lub wyrwania
* zanim zacznie się stylizację włosów należy je wcześniej wstępnie podsuszyć, najlepiej spuszczając głowę w dół aby ciepłe powietrze ze suszarki dotarło do włosów najbliżej skóry głowy oraz aby włosy odbiły się u nasady od skóry głowy
* najlepiej jest stosować suszarkę o kilkustopniowej regulacji temperatury (chłodny nawiew o temp. ok 300 C, a ciepły nawiew o temp. 600 C, przy czym ciepły nawiew powinien być stosowany najkrócej jak to tylko możliwe)
* pod koniec suszenia strumień powietrza powinien być skierowany w kierunku od nasady włosa do jego końcówki tak aby był zgodny z ułożeniem łusek włosa
* suszenie zawsze powinno się kończyć chłodnym nawiewem