

## Do guste kose u 5 jednostavnih koraka

Briga oko frizure i sveže oprane kose nije samo rezervisana za žene. I muškarci i te kako rade na tome da njihova kosa izgleda čisto, očešljano, uredno, ali i da deluje gusto. Spremili smo za Vas nekoliko trikova koji će doprineti da Vaša kosa izgleda gusto.

### VIŠE PRANJA

Zabluda koja je poprilično rasprostranjena među muškim svetom se odnosi na učestalost pranja kose i štetnosti istog. Vlada mišljenje da često pranje kose doprinosi njenom opadanju, i da je što ređe pranje iz tog razloga dobro. Ali razmislite, kako izgleda kosa koju bi trebalo oprati? Spleljena je i ravna, a pranje bi je učinilo čistom, lepom, i što je najvažnije, gušćom.

### MALO MANJE ČEŠLJANJA

Iako verujemo da želite da svaka vlas na Vašoj glavi ima svoje posebno mesto, prečesto češljanje može da doprinese da Vaša kosa izgleda tanko, slabo, nedefinisano... Nikako ne treba češalj izbaciti iz upotrebe, ali veoma je važno imati granicu u korišćenju.

### UGASITE CIGARETU

Jeste porok, i jeste katkad sladak, ali o štetnosti cigareta nikad kraja. Između ostalog, cigarete nepovoljno utiču na nivo hormona koji izaziva opadanje kose, sužava krvne sudove koji snabdevaju kožu glave hranljivim materijama koje su potrebne za rast kose... Pre nego što upalite cigaretu, razmislite dvaput.

### BUDITE NEŽNIJI

Naglo provlačenje češlja kroz kosu, snažno trljanje peškira o mokru kosu, intenzivno sušenje kose velikom temperaturom fena... Sumirajte sve to i priznajte koliko ste grubi prema svojoj kosi. Budite malo nežniji, i radite pomenute radnje ali sa malo manje energije.

### ZAŠTITA OD SUNCA

Naročito u letnjem periodu, kada temperatura dostiže čak i do 40 stepeni, morate voditi računa o koži svoje glave, samim tim i o svojoj kosi. Ukoliko dugo boravite na suncu, često kvasite svoju glavu, mažite se kremom, ili doprinesite svom seksi izgledu na plaži i stavite neki dobar kačket. Opravdajte mačo izgled i zaštitite svoju glavu.