

# Типи волосся. Зовнішній вигляд волосся та стан здоров'я людини

**Дата:** 16.05.2023

**Клас:** 6 – А

**Предмет:** Трудове навчання

**Урок:** 63

**Вчитель:** Капуста В.М.



Волосся — похідний елемент шкіри, який у людини відіграє переважно косметичну роль.

# Типи волосся:

- Жирне волосся
- Сухе волосся
- Змішаний тип
- Нормальне волосся

# Будова волосся

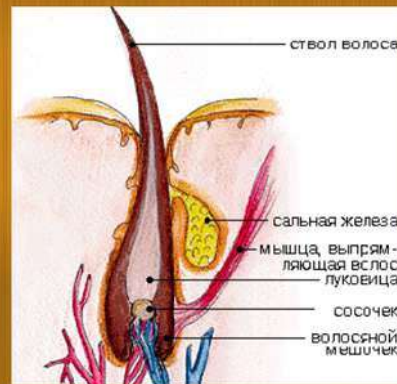
У волоссі розрізняють стрижень, розташований над поверхнею шкіри, і корінь, розташований у дермі і закінчується волоссяний цибулиною.

## Будова волосини

У структурі волосся розрізняють:

- **стовбур** - частину, яка виступає над шкірою;

- **корінь** - частину, що сидить в шкірі.





# Жирне волосся

Жирне волосся вважається недоліком зовнішності. Але такий його стан - результат природних процесів. Біля коренів волосся є жирові залози, які виробляють шкірний жир. Для волосся він необхідний, тому що завдяки йому воно залишається здоровим та еластичним, а також захищеним від пересихання та ламкості.

# Поради щодо догляду жирного волосся:

## Слід:

- Користуватись прозорими шампунями та уникати кремоподібних формул
- Частіше видаляти надлишки шкірного жиру за допомогою лікувальної глини, яку можна придбати в аптеці.
- Мити волосся у першій половині дня.

## Не слід:

- Мити волосся гарячою водою і сушити його феном надто часто.
- Для миття голови користуйтеся лише теплою водою. Гаряча стимулює вироблення шкірного жиру.
- Користуватись щітками і бальзамами для волосся.

# Сухе волосся

Коли сальні залози не виробляють достатньої кількості змащувальних речовин, а клітини не в змозі утримувати вологу, пасма і шкіра голови стають сухими. Це призводить до того, що локони втрачають свій колишній блиск, стоншуються, починають сіктися і ламатися. Від такої напасті можна страждати все життя

Причина сухого волосся: фарбування та зловживання засобами для укладки шкодять шкірі голови та поверхні волосся.

# Поради щодо догляду сухого волосся:

- Не мийте сухе волосся щодня!
  - Користуйтеся засобами, створеними для вашого типу волосся.
  - Щонайменше раз на тиждень користуйтеся засобами для відновлення.
  - Якомога частіше дозволяйте волоссю висохнути природним шляхом.
  - Стимулюйте вироблення шкірного жиру.
  - Не мийте волосся надто гарячою водою, тому що вона вимиває з нього природні елементи.
  - Ні в якому разі не здійснюйте укладку за допомогою засобів, що містять спирт.
  - Не забувайте перевіряти аксесуари для догляду за волоссям.
  - Якщо волосся вологе, обережно розплутайте його за допомогою гребінця із рідкими зубцями, а потім обережно розчешіть.
- Вологе волосся особливо схильне до ушкоджень.
- Забезпечте волоссю належний догляд і піклування.



# Змішаний тип волосся

**Змішаний тип волосся** - це коли жирне коріння і сухі кінчики волосся.

*Загальні причини жирності коренів і сухості кінчиків волосся:*

- Спадкова схильність
- Порушення ендокринної системи.
- Часті хвилювання, стрес
- Незбалансоване харчування.
- Неправильний догляд за волоссям.
- Агресивний вплив зовнішнього середовища.
- Тривалий прийом ліків, зокрема антибіотиків
- Часте фарбування, випрямлення та хімічна завивка волосся.

# Нормальне волосся

Нормальний тип волосся, на відміну від інших типів, володіє цілим рядом позитивних якостей.

До них відносять:

- a) еластичність,
- b) пружність,
- c) відсутність посічених кінчиків,
- d) легкість в укладанні й розчісуванні,
- e) рівний блиск всій поверхні,
- f) шовковистість і гладкість.



# РУХЛИВА

# ВПРАВА





Здорове і гарне волосся завжди було предметом захоплення, до того ж жінці, це дозволяє відчувати себе чарівною і дуже спокусливою. У одних жінок чудове волосся від природи, у інших - як підсумок в домашніх умовах регулярного і правильного догляду за волоссям.



Починати доглядати за волоссям в домашніх умовах потрібно з правильного миття:

- Мити голову потрібно так часто, як це необхідно. Головним критерієм є ступінь забрудненості. При цьому важливо підібрати відповідний засіб по догляду, який допускає часте застосування.
- Найкраще природнє відновлення відбувається при використанні м'якої води.
- Гаряча вода викликає посилену роботу сальних залоз, тому при використанні будь-якого засобу мити голову потрібно теплою водою. При домашньому догляді за жирним волоссям вода може бути трохи тепліше, ніж для сухих, але в будь-якому разі не гарячою. Обполіскувати потрібно тільки прохолодною водою.
- Під час гігієнічної процедури не потрібно сильно терти волоссяний покрив, щоб не виділялося надлишкове шкірне сало.
- Краще сушитися природним способом, не користуючись феном. Не варто довго ходити з "тюрбаном" на голові.
- Перед сном необхідно ретельно розчесатися, щоб видалити залишки засобів для укладання.



Тепер про головне - як підібрати потрібний засіб для миття волосся. По-перше, про те, чому для цієї мети категорично не підходить мило: воно повністю знищує захисну водно-ліпідну емульсійну плівку як з волосся, так і з шкіри голови. Волосся після такого миття стає надмірно сухим, пошкоджується, гірше розчісується, стає більш тьмяним. Для того щоб не завдавати такої шкоди волосся і при цьому все-таки відмивати його від накопиченого сала, пилу, відмерлих клітин, існують шампуні: вони мають слабокислу середу, природну для нашої шкіри і волосся, і діють помітно м'якше, ніж мило.

## Домашнє завдання

- Опрацювати матеріал презентації.
- **Зворотній зв'язок:** Human або ел. пошта [valentinakapusta55@gmail.com](mailto:valentinakapusta55@gmail.com)