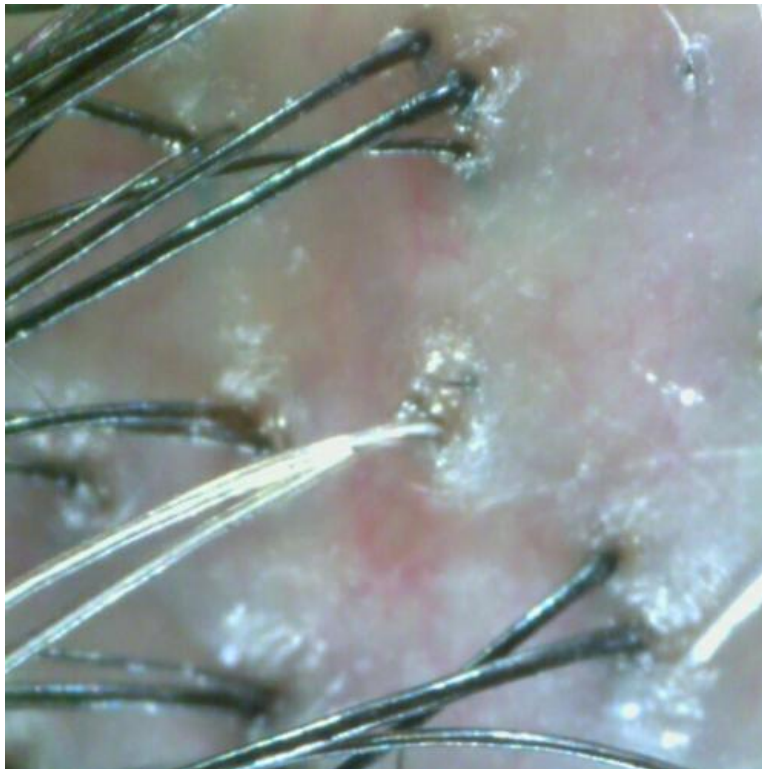


두피 분석 간단 보고서

분석 완료 시간: 2024-11-10 23:06:34



판정 결과: 양호

두피 점수: 82점

솔루션: 두피 상태 점수가 82.46점으로 양호한 상태입니다. 이 점수대에서는 유지와 예방이 중요합니다.

- **정기적인 세정**:** 두피를 깨끗하게 유지하기 위해 주 2~3회 샴푸를 사용하세요. 자극이 적은 제품을 선택하는 것이 좋습니다.
- **보습 관리**:** 두피의 수분을 유지하기 위해 보습제를 사용하세요. 특히, 건조한 계절에는 더욱 신경 써야 합니다.
- **영양 공급**:** 두피 건강에 좋은 식품을 섭취하세요. 비타민 B군, 오메가-3가 풍부한 음식을 추천합니다.
- **스트레스 관리**:** 스트레스는 두피 건강에 악영향을 미칠 수 있습니다. 명상이나 운동으로 스트레스를 해소하세요.
- **정기적인 두피 마사지**:** 혈액 순환을 촉진하고 긴장을 완화하는 데 도움이 됩니다.

이러한 방법으로 두피 건강을 지속적으로 유지하세요!