

BEREGI ПРИРОДУ – ЭКОНОМЬ СВОИ ДЕНЬГИ Стр. 84

Май 2015

РУССКОЕ
ИЗДАНИЕ

Women's Health

ТАБАТА

НОВЫЙ
СПОСОБ
**СЖЕЧЬ
ЖИР
БЫСТРО**

ВКУСНОЕ
МОРОЖЕНОЕ
**БЕЗ
САХАРА**
стр. 74

**ПРОШЛИСЬ
ПО ГОЛОВАМ**

Средства для
волос, которые
**реально
работают**

6

ЛУЧШИХ
НАПРАВЛЕНИЙ
ДЛЯ ОТДЫХА
по версии
WH

**ФИЛЬМЫ
УЖАСОВ**
*Как любимое
кино рушит
твои
отношения*

Eva ← АКТРИСА
Meneses

18+

wh.ru



Волосы

волос. Не хватает увлажнения – ищи среди ингредиентов пантенол, протеины шелка, экстракт подсолнуха, розмарин, масло кокоса, жожоба, зародышей пшеницы, керамиды и коллаген. И не путай солнцезащитные средства с термозащитными, последние уберегут от высоких температур, но они бессильны перед вездесущими УФ-лучами. И на всякий случай под “дулом” светила советуем тебе не снимать головной убор – проверенный способ защитить волосы.

5. ТЫ ДУМАЕШЬ: Шампунь и кондиционер с пометкой “для объема” не дают заявленного эффекта.

НА САМОМ ДЕЛЕ: Такие средства заполняют чешуйки (разрушенный кератиновый покров), то есть работают как уплотнитель (уголщая каждый волосок на несколько микронов), плюс они создают тончайшую пленку на коже головы, которая активизируется при сушке, приподнимая прическу у самого основания. Правда, если твоя рас-

тительность тяжела или ее длина перевалила за 30 см, такой прикорневой push-up после головной уборки вряд ли получится (гравитация берет свое). А вот обладательницам стрижек (особенно коротких) стоит присмотреться к средствам с пометкой “Для объема”.

Производители чаще всего добавляют в уходовые продукты силиконы. Полидиметиконы (Dimethicone Copolyol) и диметиконы (Dimethicone, Cyclomethicone) относят к классу легких. Эти компоненты быстро теряют свои свойства, следом пропадает и объем (протянет не больше одного дня). Зато подобным уходом можно пользоваться постоянно, вреда он не принесет. Есть и высокополимерные тяжелые силиконы (Polyquaternium-10). Их стойкости можно позавидовать – они практически не смываются. Эта группа обитает в профессиональных средствах и, надо признать, дает отменный объем. Однако использовать красавчиков часто не стоит: подсев, рис-



куешь лишить волосы кислорода и питания (полезные вещества просто не проникнут сквозь плотный кордон), а это уже прямой путь к сухости и ломкости.

Не приглянулись силиконы (найти уход совсем без них, кстати, будет сложно) – держи курс на кератин, протеины, аминокислоты. Но имей в виду, что в нужном количестве (от которого будет толк) эти ребята водятся только в профессиональных средствах, а уж их использование лучше доверить мастеру в салоне.

6. ТЫ ДУМАЕШЬ: Средства для посеченных кончиков бессильны.

НА САМОМ ДЕЛЕ: Отчасти ты права. Вылечить раздвоенные кончики невозможно (только стрижкой), но предупредить проблему реально.

“Причина “плохого поведения” волос кроется в длительном негативном

воздействии физических и химических факторов: солнце, окрашивание, горячая сушка, завивка, вытягивание щипцами, – объясняет трихолог Милослава Черных. – После такой агрессии и без того уязвимые кончики теряют белок, а вместе с ним и эластичность. Вдвойне не повезло вьющимся волосам – с белком тут плохо из-за их генетической структуры. Так что придется помогать своей прическе, причем установка “на постоянной основе” обязательна. Предотвратить беду помогут аминокислоты, протеины шелка и витамины. Но имей в виду, что полезные ингредиенты будут воздействовать на волосы в целом, не на секущиеся кончики. Кстати, сегодня есть куча средств (на силиконовой или масляной основе), которые могут временно замаскировать дефект, склеивая раздвоенные концы. Однако саму проблему они не решают. ●

ЭКО КАКИЕ

Натуральная косметика ближе твоим волосам по природе. Но быть таковой на 100% продукция, произведенная в промышленных масштабах, не может (иначе как минимум испортится). Поэтому и в экосредствах ты найдешь химические наименования. Впрочем, мы подобрали для тебя великолепную четверку – здесь содержание натурпродуктов зашкаливает.

Кокосовое масло
Extra Premium Virgin
Coconut oil,
Organic Panda
Спрей-уход Soothe
Plus, Organic Colour
Systems
Кондиционер для
волос “Синяя
вода”, Papuri
Кондиционер для
волос “Роза”, Ausganica

