

<https://www.facebook.com/1272883426056683/videos/%E1%80%80%E1%80%BA%E1%80%AC%E1%80%B8%E1%80%B1%E1%80%80%E1%81%AB%E1%80%BD%E1%80%95%E1%80%B9%E1%80%94%E1%80%8A%E1%80%B9%E1%80%B8/2024417307569954/>

<https://sw-ke.facebook.com/1272883426056683/videos/%E1%80%A1%E1%80%99%E1%80%AD%E1%80%AF%E1%80%80%E1%80%B9%E1%80%85%E1%80%AC%E1%80%B8-%E1%80%A1%E1%80%90%E1%80%AD%E1%80%AF%E1%80%B1%E1%80%80%E1%81%AB%E1%80%BD%E1%80%95%E1%80%B9%E1%80%94%E1%80%8A%E1%80%B9%E1%80%B8triangular-and-round-graduation/2025612230783795/>

<https://www.youtube.com/watch?v=nTMiSMqxJzl>

တိုတောင်းသောဆံပင်များအတွက်ဆံပင်ညှပ် Bob-Bob



အံ့သြစရာကောင်းလောက်အောင်မတူကွဲပြားအမျိုးသမီးများခေါင်းဖီး။

ဒါပေမဲ့တချို့လမ်းအတွက်ငါဖြောင့်ခြင်းနှင့်လှိုင်းအတက်အကျဆံပင်ကောက်ကောက်အပေါ်အကြီး

အကြည့်သော Bob-Bob တစ်ဦးဂန္ဓာရှင်းဟုခေါ်တွင်စေနိုင်ပါတယ်။

ဤသည်ဆံပင်ကရှည်သောအလတ်စားနှင့်အတိုဆံပင်နှင့်အတူမင်းသမီးများအတွက်ဆွဲဆောင်မှုဖြေ

ရှင်းချက်စေသည်သောအဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူမှုများကြီးရှိပါတယ်၊ ထို့ကြောင့်အမြဲလက်ရှိ။
သို့သော်ရှိသမျှသောရာသီဥတု၏ဒီဇိုင်းသည်တို့ရဲ့မျှတစုတတ်၏။

အင်္ဂါရပ်များခေါင်းဖီး Bob-Bob

လူကြိုက်များတဲ့ဆံပင်ညှပ် Bob-Bob တို့တိုဆံပင်အချို့ပိုင်ထိုက်သောရှိပါတယ်။
သဌာန်ရူပအမျိုးမျိုးနှင့်အတူမိန်းမတို့အဘို့ကျွန်ုပ်တို့သို့သောအဖြေတစ်ခု၏အကျိုးကျေးဇူးများခံ
စားနိုင်ရန်ပုံမှန်ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ဒီ option
ကပုံပန်းသဏ္ဌာန်မဆိုအသက်အရွယ်နှင့်အမျိုးအစားမင်းသမီးများအတွက်အညီအမျှကောင်းလှ၏။
အလေးချိန်၊ အရပ်၊ ဆံပင်အရောင်နှင့်အသွင်အပြင်၏အခြား features
တွေမပါသက်ရောက်မှုရှိသည်။
သို့သော်ကျွန်ုပ်တို့တစ်ခုတည်းသောအင်္ဂါရပ်ဆံပင်ဖြတ်တောက်ခြင်းမဟုတ်ပါဘူး။



အများဆုံးမကြာခဏတို့တိုဆံပင်အပေါ် ပြုမိသောကျွန်ုပ်တို့ဆံပင်၏အဓိကအင်္ဂါရပ်၊ ကုန်း၏ Multi-
အလွှာဖြစ်ပါတယ်။ ထို့အပြင်တစ်ဦးဆံပင်ညှပ်စွယ်စုံနှင့်လက်တွေ့ဖြစ်ပါတယ်။ တောင်မှထူ

ထပ်. ဆံပင်ပေါ်သို့မစတင်လှပါတယ်။ အမျိုးသမီးတစ်ဦးကိုဗီဒီယို Format
ကိုသို့မဟုတ်ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကူးယဉ်အတွက်အကြံပြုချက်များကို အသုံးပြု
ကွဲပြားခြားနားတဲ့နည်းလမ်းတွေအတွက်သူမ၏ဆံပင်ထည့်ထားနိုင်ပါတယ်။

တိုတောင်းသောဆံပင်များအတွက်ဆံပင်ပုံစံတွေ Bob-Bob အမျိုးအစားများ: ဓာတ်ပုံ

ဆံပင်ညှပ် Bob-Bob လတ်နှင့်ရှည်လျားသောဆံပင်အတွက်ပြေး။
သို့သော်အများဆုံးအထင်ကြီးဆံပင်တို strands အပေါ် ကြည့်ရှုသည်။
သင်ဤဖြတ်တောက်မှုလုပ်ဆောင်နိုင်ပါတယ်အများအပြားနည်းစနစ်ရှိပါသည်။
ဤဆောင်းပါး၌အဆိုပါဓာတ်ပုံကိုသင်မည်ကဲ့သို့ကွဲပြားခြားနားခြင်းနှင့်ဆွဲဆောင်မှုတို့ကဲ့သို့သောရွေး
ချယ်မှုများတွေ့နိုင်ပါသည်။



တိုတောင်းသောဆံပင်သည်အမျိုးသမီးများဆံပင်ညှပ် Bob-Bob အစဉ်အလာ 3
အမျိုးအစားများကိုခွဲခြားသည်:

- ဂန့်;
- Bang အမျိုးမျိုးလှမြားအားဖြင့်၎င်း၊
- အောက်ပိုင်းအပိုင်းရဲ့အပြောင်းအလဲနဲ့အမျိုးမျိုးနှင့်အတူ။

တိုတောင်းသောဆံပင်အားလုံးကိုခေါင်းဖီး Bob-Bob မှီဝဲသောထူးခြားသောအင်္ဂါရပ် - ကဘက်စုံပါပဲ။ သူတို့ကိုကျေးဇူးတင်ပါတယ်၊
အမျိုးသမီးတစ်ဦးထက်ပိုသောကြောင့်စတိုင်ဖြစ်လာသည်။ သို့သော်တစ်ဦးချင်းစီ option ကိုတစ်ဦးချင်းဝိသေသလက္ခဏာများရှိပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့်၊
တိုတောင်းသောဆံပင်များအတွက်ဆံပင်ညှပ် Bob-Bob ၏ဂန့် type ကိုချွင်းချက်မပါဘဲအားလုံးမိန်းမတို့အဘို့သင့်လျော်သည်အတိုင်း၊
တစ်ဦးတစ်လောကလုံးဖြစ်ပါတယ်။ စကားမစပ်၊
ရှည်ခြင်းနှင့်အလတ်စားဆံပင်ထဲတွင်သူလည်းဇိမ်ခံကြည့်ရှုသည်။ ဆံပင်သဌာန်အပျော့ volumes ကိုများနှင့်အရည်လိုင်းနဲ့ချောချောမွေ့မွေ့နှင့်ချောမွေ့ပြောင်လက် silhouette ကိုဖန်တီးရန်ခွင့်ပြုပါတယ်။ ဒီအမျိုးသမီးရဲ့ရုပ်ဆင်းသဏ္ဌာန်နှင့်ပိုမိုသန့်စင်ပြီးဖြစ်လာသဖြင့်၊
မျက်နှာအသွင်သဏ္ဌာန်အတန်ငယ်တည့်။

တိုတောင်းသော strands အပေါ်တစ်ဦး Bob-Bob ၏ဂန့်ရှင်းတစ်ပေါက်ကွဲသံကြီးမပါဘဲထွက်ယူသွားတတ်၏။
မျက်နှာများ၏အသွင်သဏ္ဌာန်မြင့်မြတ်သောအကြမ်းဖျင်းဖြစ်လာသည်။
ဤကိစ္စတွင်အတွက်အရှည်တစ် variable ကိုတဦးတည်း။ ဒါဟာလိုင်းပခုံး၊
နားပျဉ်းသို့မဟုတ်မေးစေ့ကိုရောက်ရှိနိုင်ပါတယ်။
ဒီဆံပင်၏အဓိကအာရုံစူးစိုက်တာရှည်ခြင်းသော့ခလောက်ရှိပါတယ်။ ဤကိစ္စတွင်ခုနစ်၊
နောက်ကျောဆံပင်ခိုင်မာတဲ့အလုံအလောက် vyztrizheny ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီ option ကအပေါ်ကဓာတ်ပုံတစ်ပုံတွင်တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။ ဂန္ထဝင်အမြင်ဆံပင် Bob-Bob အားလုံးမိန်းမတို့အဘို့သင့်လျော်သည်။ ဆံပင်ဆံပင်အမျိုးမျိုးပေါ်ပြုနိုင်သည်ထူခြင်းနှင့်ပါးလွှာ။
သိမှတ်ဖွယ်! ဂန္ထဝင် tsenitelnits များသည်မင်းမျိုးအနွယ်ဝင်စတိုင်နဲ့ပေါ့ပေါ့ပရိတ်သတ်တွေပုံစံများအတွက်အမှန်တကယ် Boon ဖြစ်ပါတယ်။

ပိုပြီးကွဲပြားခြားနားခြင်းနှင့်ပုံမှန်မဟုတ်သောဆံပင်ပုံစံတွေ Bob-Bob ၏ခေတ်သစ်များပါတယ်။
အဆိုပါစံပစ္စည်းကိရိယာများမတူညီအဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူအောက်ပိုင်းဖြတ်ခြင်းနှင့် Bang

အားဖြင့်ပြည့်စုံစေသည်။ ရှေ့မှာဆံပင်နှင့်နောက်ဘက်၏အရှည်လည်းကွဲပြားခြားနားလည်းမရှိ။
အတော်များများကမင်းသမီးကောင်းစွာမဆိုအရှည်၏ဘေးထွက်သောခလောက်နဲ့ပေါင်းစပ်စေခြင်း
ငါ့အရာ Bang နှင့်အတူဆံပင်ပုံစံတွေကိုလိုလားကြပါတယ်။
ဤသည်တိုတောင်းသောဆံပင်သင်တို့ရှိသမျှသည်အပြစ်အနာအဆာဖျက်သိမ်းရေး၊
မျက်နှာများ၏ပုံသဏ္ဌာန်တူအောင်ဖန်တီးခွင့်ပြုထားသည်။
ဒါဟာပိုပြီးနူးညံ့သိမ်မွေ့သောနှင့်ကူကြွပ်လာသည်။ option ကို Bob-Bob
လည်းအထင်ကြီးကြည့်ကြောင်းအလတ်စားဆံပင်မှာ။

အချိုးမညီ Bob-Bob

Bob-Bob ၏အထူးကြင်နာ - တစ်အချိုးမညီဆံပင်ညှပ်တိုတောင်းသောဆံပင်။
ဒါဟာရဲရင့်ခေတ်မီဖက်ရှင်ကြည့်တဲ့စွယ်စုံဆံပင်ဖြစ်ပါတယ်။
ဒါဟာပါးလွှာများနှင့်အတူဆံပင်ဖန်ဆင်းနိုင်ပါသည်။ အချိုးမညီ Bob-Bob ၏လျော့နည်းဆွဲဆောင်မှု
type ကိုအဘယ်သူမျှမပြန်တစ်ကြော့ silhouette
အတွက်နှစ်လယ်ပိုင်းတွင်အရှည်ဆံပင်ကောက်ကောက်ကြည့်ပါတယ်။
ဆံပင်ပုံစံတွေ၏ဆွဲဆောင်မှုဓာတ်ပုံများတွင်နိုင်ပါတယ်အကဲဖြတ်ရန်။
အာရုံစိုက်! သို့ Bang ၏ကွဲပြားခြားနားသောအဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူနှင့်အတူပေါင်းစပ်ဒီ option
ကဆံပင်ပုံစံတွေ။ သို့သော်အများဆုံးအထင်ကြီးကြီးစွန်းစွန်းထားတဲ့ Oblique
မြိတ်နှင့်အတူကြည့်ရှုသည်။



Bob-Bob ဘွဲ့ရ

တိုတောင်းသောဆံပင်နှင့်အတူ Bob-Bob ၏နောက်ထပ်အမျိုးအစား -
အဆင့်အလိုက်သတ်မှတ်ထားသောဗားရှင်း။ ဒီနည်းပညာတို့ strands ပြောင်းလဲ။
ဤသည်တိုတောင်းသောဆံပင်မကြာခဏအဆင့်သို့ရောက်ရှိနိုင်သည်။
သူမ၏ဆံပင်မှကျေးဇူးတင်ပါသည်ပိုပြီးအခွားကျန်းမာဖြစ်လာသည်။
၎င်း၏အနှစ်သာရမှာအလွှာ၏ဖွဲ့စည်းခြင်း၏ကုန်ကျစရိတ်မှာပြုမိသောကွဲပြားခြားနားသောအရှည်
၏ strands ဖန်တီးရန်ဖြစ်ပါသည်။ ဆံပင်ပုံစံတွေအဆင့်ကွဲပြားခြားနားနိုင်ပါသည်။
ဒါဟာအားလုံးအလိုဆန္ဒပေါ်တွင်မူတည်သည်။ အဖြည့်အဆင့်သို့
(အဆင့်အလိုက်သတ်မှတ်ထားသော) ဖြေရှင်းချက်အချိုးမညီ Bang အကြံပြုသည်။



ခြေထောက်ပေါ်ဘော့-Bob

တိုတောင်းသောဆံပင်အသွင်ပြောင်းဖို့နောက်ထပ်အခွင့်အလမ်း - ခြေထောက်ပေါ်ဘော့-Bob ။
ဓာတ်ပုံများတွင်ရှင်းလင်းစွာစတိုင်နဲ့အထင်ကြီးရူပဒီတော့တိုတိုဆံပင်ညှပ်အဖြစ်ရှုမြင်သည်။
ထိုသို့ထိပ်တွင်နေရတယ်လို့ strands ၏ဖန်တီးမှုပါဝင်သည်။
သို့သော်သူ၏ဦးခေါင်းအများကြီးရိတ်ဖြစ်ပါတယ်။
ကြောင့်ဤပုဂ္ဂိုလ်ပိုနူးညံ့သိမ်မွေ့သောသန့်စင်ပြီး ကြော့ဖြစ်လာသည်။



ဒီအမျိုးအစားကအကောင်းဆုံးအနည်းငယ်ထူ ထပ်. သို့မဟုတ်ဖြောင့်ဆံပင်အပေါ် ပြုမိသည်။
အနက်အလွန်လက်တွေ့ကျဖွဲ့စဉ်းစားပေမယ့်ဆံပင်အလျင်အမြန်ပြန်ကြီးထွားကြောင့်,
ဆံပင်ညှပ်သမားမှမကြာခဏလည်ပတ်မှုလိုအပ်ပြီးနေသည်။

ဗီဒီယို: တိုတောင်းသောဆံပင်များအတွက်ဆံပင် Bob-Bob အောင်လုပ်နည်း

သဌသညာထိုကဲ့သို့သောဆံပင်ညှပ်လုပ်ဆောင်ဖို့ဘယ်လိုလေ့လာသင်ယူနိုင်ပါသည်ဗီဒီယိုကျေးဇူး
တင်ပါတယ်။ ထိုကဲ့သို့သောအရိပ်အမြွက်အသုံးပြုခြင်း,
သင်ပရော်ဖက်ရှင်နယ်အနုပညာရှင်၏ဝန်ဆောင်မှုများကိုမသုံးပဲ,
အိမ်မှာသင့်ရဲ့ကိုယ်ပိုင်ဆံပင်စမ်းသပ်နိုင်ပါသည်။

ညနေပိုင်းတွင်ဆံပင်အောင်လုပ်နည်း



ဓမ္မအဖြစ်အပျက်အမြဲမိန်းကလေးငယ်များဆောင်တတ်၏ဝမ်းမြောက်စရာအကြောင်းလည်း၊
ဒါပေမယ့်လည်းစိုးရိမ်ပူပန်မသာဖြစ်ပါသည်။ လူတရံအမျိုးသမီးသင်တန်း၏၊
ထိုဆံပင်အကြောင်းကို၊ ထိုစားဆင်ယင်၊ ဖိနပ်၊ မိတ်ကပ်၊ နောက်ပြီးစဉ်းစားများနှင့်သင့်ပါတယ်၊
စင်ကြယ်ခြင်းနှင့်သံဝတ်စုံအပေါ်ထားရန်လိုအပ်ပါတယ်လျှင်ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ဒါဟာအံ့ဩစရာ
တော့မဟုတ်ပါဘူး။ အခုတော့တိုင်းမိန်းကလေးဆံဆိုင်အတွင်းမာစတာလျှောက်ထား၊
ဒါမှမဟုတ်အိမ်မှာသူ့ကိုမခေါ်နိုင်ပါ။
ဒါပေမယ့်အံ့မခန်းဆံပင်ပုံစံတွေ၏ဖန်တီးမှုတစ်ခုအခြုံသောငွေပမာဏကုန်ကျမည်ဖြစ်သည်။
ငွေကိုမဆိုအကြောင်းရင်းအပေါ်အလှပျအတုကျအဘယ်သူအားမျှ၏မာစတာဆပ်ဖို့လျှင်ဘာလုပ်
သနည်း ဤကိစ္စတွင်ခုနစ်၊ သဌသဌညနေခင်းကိုယ့်ကိုကိုယ် hairstyle စေနိုင်သည်။
တကယ်တော့အဲဒီမှာရှုပ်ထွေးချည်းနှီးဖြစ်၏ရုံလေ့ကျင့်ဖို့လိုပါတယ်။

အရှည်, အရောင်, ဖွဲ့စည်းပုံမှာ

အောင်ညနေပိုင်းတွင်ဆံပင်ပုံစံတွေဆံပင်ရဲ့အရှည်ကိုဆုံးဖြတ်ရန်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။
တိုတောင်းသောဆံပင်ရှည်လျားသည်ဘာ fit မသင့်သောစိတ်ကိုထားပါ။
ဒါဟာအရေးပါတဲ့အခန်းကဏ္ဍနှင့်ဆံပင်အရောင်ပါဝင်သည်။ သဌသဌဆံပင်ရွှေရောင်နေဖြစ်စေ၊
အနက်ရောင်ဆံရှင်သို့မဟုတ် redhead ပေါ်မူတည်ပြီး၊
တူညီတဲ့ဆံပင်လုံးဝကွဲပြားခြားနားသောကွညျရှုနီငြိပါသဌ။
နှင့်မိန်းကလေးများအစဉ်အမြဲအာရုံစိုက်မထားတဲ့တပိုမိုပျော့ - ဆံပင်၏ဖွဲ့စည်းပုံမှာ။
သဌသဌအလွန် curly ဆံပင်ရှိပါကသူတို့ကို align နိုင်ရန်အတွက်၊
သင်တပ်ဆင်ခြင်းများအတွက်အချိန်နှင့်ပိုက်ဆံတွေအများကြီးသုံးဖြုန်းဖို့လိုအပ်ပါလိမ့်မယ်။
ထိုအပါးလွှာသောဆံပင်သောသူတို့အဘို့၊ လွန်း, "slicked ဆံပင်" ရှင်းရှင်းလင်းလင်း fit မထားဘူး။
သင်ဤသို့မဟုတ်ကြောင့်ဆံပင်ကြိုက်နှစ်သက်မှာမဟုတ်ဘူးအဖြစ်ထို့ကြောင့်၊
သဌသဌအစဉ်အမြဲသောဤတစ်ခုလုံးကိုပြည့်ပြည့်စုံစုံနှင့် ပတ်သက်. မေ့လျော့လို့မရပါဘူး။

အဖြစ်အပျက်

ဆံပင်ပုံစံတွေရွေးချယ်တဲ့အခါပိုများသောကြောင့်ရည်ရွယ်ပါသည်ဘာအဖြစ်အပျက်မှအာရုံစိုက်။
ညဉ့်ကိုပျော်စရာနဲ့မဆင်မခြင်ဖြစ်လို့ယူဆတယ်ကြောင့်ဥပမာအားဖြင့်၊
သဌသညာအမြားဆုံးချစ်ရာသခင်သည်မိတုဆွေဖို့ bachelorette ပါတီကိုသွားသည့်အခါအမှု၌၊
သဌသညာ၊ သာမန်ထက်နှင့်ထူးခြားသောအရာတစ်ခုခုကိုရွေးချယ်နိုင်သည်။
သို့သော်ပြင်းထန်သောတစ်ခုခုတက်ကောက်ဖို့အကောင်းဆုံးမိတ်ဖက်တွေနဲ့စားသောက်ဆိုင်တစ်ခု
စည်းအဝေးတွင်။ သင်မင်္ဂလာဆောင် groomsman ကိုသွားသည့်အခါအမှုကိစ္စများတွင်၊
သင်၏ဆံပင်လာဆောင်သတို့သားသတို့သမီးရဲ့ဆံပင်ကိုလှမ်းမိုးမပြုသင့်ပေ။
သဌသညာကြော့နှင့်စတိုင်ကိုကြည့်ဖို့ရှိသည်၊
ဒါပေမယ့်သူကသင့်ရဲ့မိတ်ဆွေတစ်ဦးအားလပ်ရက်ကြောင့်မဆိုအမှု၌၊
ညနေပိုင်းတွင်တစ်ကြယ်ပွင့်ဖြစ်လာဘူး။

အဆင်းလှသော hairdo စေရန်အလို့ငှာ၊ သင် hairpieces နှင့် overhead strands ကိုသုံးနိုင်သည်။
သူတို့အရမ်းဈေးကြီးမဟုတ်ပေမယ့်အမှုအတွက်မိန်းကလေးကျဲဆံပင်၊
သူတို့ဆံပင်ညှပ်ပိုပြီးအမြောက်အများအောင်ကူညီပေးတဲ့အခါ။

အဆင်သင့်ခြင်း

သင်သည်သင်၏လက်နှင့်သင့်ရဲ့ဆံပင်ပုံစံနှင့်ဆံပင်သင်သည်နှောင့်အယှက်မပေးသင့်ကြောင်းမှတ်မိ
ဖို့ရှေးခဲလှပါ။
သင်သည်အမြဲတစေကပြင်ပေးဖို့ဒါမှမဟုတ်တဦးတည်းအနေအထား၌သင်တို့၏ဦးခေါင်းကိုစောင့်
ရှောက်ရန်ရှိသည်မဟုတ်ကြဘူးဒါကြောင့်သင်၊ မူရင်းဆံပင်၊
ဒါပေမယ့်လည်းအဆင်ပြေမသာရွေးချယ်ပါ။ မိန်းကလေးများစွာပဲဒီသို့မဟုတ်ကြောင့်ဆံပင်ချင်၊
ပြီးတော့သူကရိုးရိုးအဆင်မပြေသောအရာကိုအနေဖြင့်ညဉ့်လုံးခံစားနေကြရသည်။

nice နဲ့ရိုးရိုး

ငါတို့သည်သင်တို့၏ဆံပင်လှပသောစေနှင့်လှပသောကြောင့်ဝတ်ဖို့ဘယ်လိုအကြောင်းကိုတိုက်ရိုက်
စကားပြောဆိုပါကဖြစ်ကောင်းသင်သည်ဆံပင်ပုံစံတွေတစ်ခုနဲ့တူထိုကဲ့သို့သောစတိုင်ကြည့်အကြံ
ပေးသင့်တယ်ပထမဦးဆုံးသောအရပ်ဖြစ်ပါတယ်။ သူမင်္ဂလာဆောင်၊
နှင့်စီးပွားရေးအစည်းအဝေးများအဘို့သင့်လျော်သည်ဆိုပါကထိုသို့ပြုပါရန်အလွန်လွယ်ကူသည်ဆို
တဲ့အချက်ကို။ အဆိုပါဆံပင်ပုံစံတွေထဲကနေသင်တစ်ဦးရင်ခုန်စရာပေးခြင်း၊ အမြို့ strands

ထွက်ရှိကန်နှက်ခဲ့ဒါရုံဆံပင်တစ်ဦးမင်္ဂလာဆောင်ဗားရှင်းအတွက်ပိုမိုလွယ်ကူစွာရိတ်သိမ်းနိုင်ပါတယ်။
သို့သော်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုအစည်းအဝေးဆံပင်ကောက်ကောက်အဘို့ ဆန့်ကျင်ပေါ်၊
ချောချောမွေ့မွေ့ zachosyvayut ။

ဒီဆံပင်ခက်ခဲသည်မဟုတ်စေပါ။ ပထမဦးဆုံးအသံသယချရိုးရှင်းစွာတစ်ဦး ponytail
အတွက်ဆံပင်စုဆောင်းဖို့လိုပါတယ်၊
နှင့်အဆုံးတစ်ဦးအစုအဝေးနှင့်အဓိကတံသင်သို့လိမ်နေပါတယ်။
သံသယထိပ်ပေါ်နှင့်နီးပါးလည်ပင်း၏အောက်ခြေတွင်နှစ်ဦးစလုံးသည်ဆံပင်ကိုစုဆောင်းထားနိုင်
ပါတယ်။

စကားမစပ်တစ်ဦးအမြီး၏အခြေခံပေါ်မှာကွဲပြားခြားနားသောဆံပင်ပုံစံတွေအများကြီးလုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့်၊ ရင်ခုန်စရာဆံပင်ကောက်ကောက်။ ၊
လက်ညှိုးပေါ်တစ်ဦးချင်းစီမျှင်လှည့်ကွက်ကဒီမစုဆောင်းအမြီးဆံပင် strands
သို့ခွဲခြားထားရမည်ဖို့လက်စွပ်ရယူပြီးတော့သူ့ကို pin နှင့်အရောင်တင်ဆီနှင့်အတူဖြန်းထိုးသကဲ့သို့။
ထိုအခါ shell ကိုအောင်နိုင်ရန်အတွက်ကြောင့်အစုအဝေးကိုထဲသို့ဆံပင်လိမ်ဖို့၊
ပြီးတော့အထက်သို့ရွေလျား၊ ခြေရင်းကနေအတွင်းဘက် spinning
ကြောင့်စတင်ရန်လိုအပ်ပေသည်။ Shell ကတံသင်နှင့်ပုံသေ vzbryzgivayut အရောင်တင်ဆီ။

သို့သော်သူမ၏ဆံပင်နှင့်အတူလမ်းလျှောက်ဖို့ကိုကြိုက်သောသူတို့အဘို့ကျနော်တို့ဟာအလွန်ရိုးရှင်း
ပြီးဆံပင်ကိုဆက်ကပ်။ ဒီလိုလုပ်ဖို့၊
သင်အခမ်းအနားမတိုင်မီတကျိပ်နှစ်ပါးသို့မဟုတ်တိုင်အောင်တဆယ်လေးနာရီသုံးခုသို့မဟုတ်လေး
ခုကျစ်အတွက်ဆံပင်ကျစ်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။
ဒါကြောင့်ဆံပင်စိုစွတ်ဖို့အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါတယ်မျိုးကိုရက်။
ထိုအခါသင်သည်သဘာဝဆံပင်ကောက်ကောက်ရလိမ့်မယ်။
သို့သော်သေးငယ်ကျစ်ဖွတ်မြီးထိုးတွေအများကြီးပါလျှင် -
ထို့နောက်ချစ်စရာဆံပင်ကောက်ကောက်လာ၏။

See also

ခြောက်သွေ့သောဆံပင် restore လုပ်နည်း

•



ဆံပင်၏ပြင်းထန်ခြောက်သွေ့မျိုးရိုးအလိုက်ကြောင့်ဖြစ်နိုင်သည်၊
 နှင့်သဘာအချက်တွေကြောင့်ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့်၊
 သာမန်ဆံပင်နေရောင်ခြည်ထိတွေ့မှုကနေနိမ့်စိုထိုင်းဆအဆင့်ဆင့်နှင့်အတူလေထဲကကြောင့်ပင်လ
 ယ်ရေမှခြောက်သွေ့သောနိုင်ပါတယ်။
 ထို့အပြင်ခြောက်သွေ့ဆံပင်၏အကြောင်းရင်းတစ်ခုရေခဲပြင်ဒိုးပစ်သံ၊
 ဆံပင်လေမှုတ်စက်များ၏မကြာခဏအသုံးပြုခြင်း၊ ဆံပင်ဖြောင့်စေနိုင်ပါတယ်။
 ခြောက်သွေ့သောဆံပင်ပွချလညာထူထောငျနီငျသောကောငျ၊ စိတ်ဆိုးခြင်းမရှိကြနှင့်။

ခြောက်သွေ့သောဆံပင် restore လုပ်ဖို့ဘယ်လိုနေသလဲ?

သင့်ရဲ့ဆံပင်ကောက်ရိုးနဲ့တူကြည့်ရင်လျင်မြန်စွာတပ်ဆင်ပြီးနောက်၎င်းတို့၏ပုံသဏ္ဌာန်ကိုစောင့်
 ရှောက်ကော်လံကလွဲနေတယ်နှင့်ဆိုးသွားရ၊
 ထို့နောက်သူကအဆုံးအဖြတ်အရေးယူဘို့အချိန်ဖြစ်ပါသည်။
 ဆံပင်၏ထိုကဲ့သို့သောပြည်နယ်စေ့ပါတယ်အဘယ်အရာကိုစဉ်းစားပါ။ အများအားဖြင့်၊
 ဆံပင်လျှပ်စစ်ပစ္စည်းများကို အသုံးပြု မကြာခဏဆံပင်ပုံစံကနေခံစားနေကြရသည်။
 ကြောင့်မြင့်မားသောအပူချိန်ဖို့၊
 သူတို့ကဆံပင်အကြေးခွံများဟာသူတို့ရဲ့သဘာဝကကာကွယ်မှုကိုဆုံးရှုံး၊
 ဖွင့်ချင်းစီကတခြားဖက်တွယ်နှင့်အစိုဓာတ်ကိုဆုံးရှုံးဖို့စတင်။
 ထို့အပြင်ဆံပင်၏ဖွဲ့စည်းပုံကိုထိပတ်ပါရေခဲယဉ်းခြင်းနှင့်အရည်အသွေးညံ့ဖျင်းပြီးဖြစ်ပါတယ်လူယူ
 ကြလော့။
 အမိုးနီးယား၏မြင့်မားသောအကြောင်းအရာနှင့်အတူဆံပင်ဆိုးဆေးများဆံပင်အုပ်စုခွဲကြီးစွန်းနှင့်အ
 တူမှုန်းကြောင်း၊ ဒီဇင်း၏တာဝန်ဖြစ်ပါသည်။

အိမ်၊ အစွန်းအထင်း၊ အထူးသဖြင့် Discoloration

အရောင်မှာအလှပြင်ဆိုင်အတွက်ဈေးပေါဆံပင်ဆိုးဆေးများနှင့်ပရော်ဖက်ရှင်နယ် tools

တွေမလိုအပ်ပါဘူး။ ဖြစ်နိုင်လျှင်၊ ထိုအကြောင်းတရားများကိုရှာဖွေသူတို့ကိုဖယ်ရှားပစ်၊
သင်ဆေးဆိုင်ကသဘာဝစက်ရုံကောက်နုတ်ချက်များထုတ်ယူနှင့်အတူဆေးပညာဆိုင်ရာမျက်နှာဖုံး
များ၊ အမိုင်နိုအက်ဆစ်များနှင့်ပရိုတိန်းအတွက်မဝယ်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ တစ်ပါတ်ကိုတစ်ကြိမ်၊
ရေချိုးခန်းဦးထုပ်ပေါ်တွင်တင်နှင့် 20 မိနစ်မျက်နှာဖုံးကိုစောင့်ရှောက်ထို့နောက်ဆံပင် damp
သူတို့ကိုသက်ဆိုင်ပါသည်။

One ကိုသင်၏ဆံပင်ဆေးမတိုင်မီတစ်နာရီ၊
သင့်ဆံပင်ပေါ်မှာလျှောက်ထားဒါကြောင့်အပေါ်စပျစ်သီးကိုအမြိုးအနုယူရေနံ၊ စားအုန်းဆီ၊
burdock, အသုံးပြုပေမယ့်ဦးရေပြားသို့ပွတ်သပ်ကြဘူး။ နှင့်အဆုံး၌ဆံပင်အေးစက်မမေ့မလျော့ပါ။
ဒါဟာအသားအရေစိုပြေဖြစ်သင့်သည်။ install လုပ်သည့်အခါသငျသညျ Overload
မှုန်ရေမွှားကိုရှေးခဏ်းသငျသညျ, သည် 4
ပတ်ကတစ်ပွင့်လင်းအကာအကွယ်ရုပ်ရှင်နှင့်ဖုံးလွှမ်းတစ်ခုချင်းစီကိုဆံပင်အတွက်ရရှိလာတဲ့,
အလွှာပြုလုပ်ခြင်းများ၏လုပ်ထုံးလုပ်နည်းသွား။

သင့်ရဲ့ဆံပင် restore လုပ်ဖို့ဘယ်လိုနေသလဲ?

သငျသညျခွောကျသောဆံပင်စင်ကြယ်စေနှင့်အတူစတင်သင့်ပါတယ်။
အပူပိုင်းဆံပင်ခြောက်သွေ့တဲ့ဆံပင်အတွက်အထူးခေါင်းလျှော်ရည်တွေနဲ့ခနစ်ရက်ပတ်လုံးအတွက်နှ
စ်ကြိမ်ထက်မပိုဆေးကြောပါ။ ကြက်ဥအလက်ဆီသင်, lanolin, jojoba နှင့်ထောပတ်သီးရေနံ -
သူတို့ရဲ့ဖွဲ့စည်းမှုခုနစ်တွင် Panthenol နှင့် Ides,
အာဟာရများကဲ့သို့ကွဲပြားခြားနားသောအသားအရေစိုပြေပါဝင်ပစ္စည်းများပါဝင်သည်သငျသညျ။
ဤရွှေ့ကားထို့အပြင်ပတ်ဝန်းကျင်၏ဆိုးရွားသောသက်ရောက်မှုများအနေဖြင့်ဆံပင်ကာကွယ်ပေး
moisturize, ထွန်းလင်းနှင့် elasticity ဖြစ်စေဝေငှ။
ခြောက်သွေ့သောဆံပင်များအတွက်လေအေးပေးစက်သုံးပြီးပြီးနောက်ဆေးကြောဖို့သေချာပါစေ။
သူကခေါင်းလျှော်ရည်ထဲမှာပါရှိသောတက်ကြွပါဝင်ပစ္စည်းများပိတ်နဲ့ဆံပင်ချောမွေ့ပြီးပြီးပါစေ။

ဆံပင်ပြည့်နေပါသည်နိုင်ရန်အတွက် Revival ခြောက်သွေ့တဲ့ဖြစ်ပါသည်,
အထူးအသားအရေစိုပြေလိမ်းဆေးနှင့်အမှုန်ရေမွှားရှိသည်။
အဆိုပါအလှကုန်ပစ္စည်းဈေးကွက်များတွင်အလားတူထုတ်ကုန်ထုတ်လုပ်ခြင်းနှင့်သင်အလွယ်တကူ
လက်ျာ tool ကိုရွေးနိုင်သည်ကိုအများအပြားကုမ္ပဏီတွေ။
ခြောက်သွေ့သောဆံပင်အဘို့ကြီးသောစိုးရိမ်ရေမှတ်ပုံကောင်းခရမ်းလွန်ခါတ်ရောင်ခြည်၏ဆိုးရွား
သောသက်ရောက်မှုများထောင်နိုင်သော safeners ၏အားသာချက်ယူထွက်မသွားမီ,
ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်ဖြစ်ကြသည်။

ခြောက်သွေ့သောဆံပင်အထူးမျက်နှာဖုံးနိုင်ပါတယ် Restore ။

သူတို့ကဟင်းသီးဟင်းရွက်အဆီများ၏အခြေခံပေါ်မှာအိမ်မှာကိုယ့်ကိုယ်ကိုပွသုဉ်းစတိုးဆိုင်များတွင်ဝယ်ယူနိုင်ပါသည်။ လျော့နည်းမကြာခဏခြောက်သွေ့သောဆံပင်တင်သောအခါ၊ အပူ devices တွေကိုသုံးပါနှင့်သင်သည်ထိုသူတို့မပါဘဲမလုပ်ဆောင်နိုင်လျှင်၊ ဆီလီကွန်များပါဝင်သည်ထားတဲ့ဆံပင်ထုတ်ကုန်ကာကွယ်ပေးသည်။ သူကမြင့်မားတဲ့အပူချိန်နှင့် Cross-အပိုင်း၏ဆိုးရွားသောသက်ရောက်မှုများအနေဖြင့်ဆံပင်စွန်းကာကွယ်ပေးလိမ့်မယ်။

ပျက်စီးနေသောဆံပင် restore လိုသောခြောက်သွေ့တဲ့ဖြစ်ပါသည်၊ သငျသညျအနိမ့်ကယ်လိုရီအစားအစာစွန့်ခွာဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ အစားအသောက်များတွင်ကန့်သတ်၊ သင်သည်သင်၏ဆံပင်ထိခိုက်စေ။

ခြောက်သွေ့သောဆံပင်၏ထိရောက်မှုနှင့်လျင်မြန်စွာပြန်လည်နာလန်ထူ၍အသီးအနှံနှင့်အဝါရောင်ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ အခွံမာသီး၊ ပင်လယ်စာ၊ ကြက်ဥ၊ ပိန်အသားနှင့်ကြက်၏ Menu ထဲမှာထည့်သွင်းရန်လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါဟာ multivitamin ၏ဧည့်ခံသင်တန်းကျင်းပရန်ရာအရပျဲထဲကဖြစ်လိမ့်မည်။

ကျန်းမာတဲ့ဆံပင်စောင့်ရှောက်ရန်နှင့်ဆံပင်ပြန်ပေးမှခြောက်သွေ့ထို့ကြောင့်၊ သင်တို့ကိုစနစ်တကျထိုသူတို့အဘို့ဂရုစိုက်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။

See also

ဆံပင်စတိုင်များများအတွက်ဆောင်းရာသီပုံစံ tools များ

•



ဖေဖော်ဝါရီလပုံစံ tool

များ၏တစ်လအသိအမှတ်ပြုရန် fit ။

ကျနော်တို့အမျိုးမျိုးသောပွဲတော်များတစ်ဦးအလည်အပတ်သွား - မပွန်နီချ stacking မပါဘဲ!

နှင့်ဆံပင်အဘို့အရောင်တင်ဆီနှင့် mousse

၏အကူအညီနှင့်အတူတစ်ဦးထုပ်အောက်မှာသူမ၏ဆံပင်စောင့်ရှောက်ဖို့ကြိုးစားကြည့်ပါ။

ဒါဟာဖြစ်နိုင်ပါသလော

သင်သည်သင်၏အကောင်းဆုံးကြည့်ရှုကူညီပေးဖို့ဆံပင်စတိုင်များများအတွက်ဆောင်းရာသီပုံစံ tools တွေ!

ထိုအဘို့ဆောင်သောပွဲ၌၎င်း, ကမ္ဘာကြီးကို၌၎င်း, လူကောဌေးမြား

ငါတို့သည်သင်တို့ဦးထုပ်အောက်မှာလူယူလိမ့်မည်မဟုတ်ပေကြောင်းရက်နှင့်အားလပ်ရက်များအတွက် 4 စတိုင်ဆံပင်ပုံစံတွေကိုတင်ပြ။

တိုတောင်းသောဆံပင်

Butch အများဆုံးခေါင်းသီးစဉ်အောက်ကျခံစားနေရပြီးဖြစ်ပါတယ်။

ထွက်ဒီတော့အကောင်းဆုံးနည်းလမ်း - အလွန်တိုတောင်းသောဆံပင်ညှပ်။

ဤသည်အဘယ်သူမျှမဟာသဖြစ်ပါသည် - ဖက်ရှင် Gothic အဘိဓာန်စတိုင်။ အခြေအနေ ပြီးပြည့်စုံသောဦးခေါင်းပုံသဏ္ဌာန်။

ပျမ်းမျှအားဖြင့်အလျား

foam ထုပ်ပိုး - ဆောင်းရာသီမှာဆံပင်ပုံစံတွေအဘို့ကောင်းသောပုံစံကိရိယာတစ်ခုဖြစ်တယ်။

ဆံပင်ထုပ်ပိုးများအတွက်အမြှုပ်များနည်းနည်းစိုစွတ်ဖို့ Apply ။

သင့်ရဲ့လက်ချောင်းနှင့်အတူဆံပင်ကြိတ်ခွဲ, တစ်ဦး hairdryer သူတို့နှင့်အတူအခြောက်:

ဂျက်အားနည်းဖြစ်ဖိအားများနှင့်ဆံပင်မှအကွာအဝေး - ကြီးတွေ။ အခြေအနေ: curly ဆံပင်။

ရှည်သောဆံပင်သို့မဟုတ်အလတ်စားအရှည်

, volume ကိုအရကျခေါင်းကိုလျှော့ချနှင့်သင့်ဆံပင်လေမှုတ်စက်ခန်းခြောက်စေရန်။
သူတို့သို့ပြောပြရန်ကြောင်းသို့မှသာသိကောင်းစရာများ "utjuzhkom" progladte ။ အခြေအနေ:
ပြီးပြည့်စုံသောအသွင်သဏ္ဌာန်ခေါင်းဖိး။

အဆိုပါရှည်လျားသောဆံပင်တွဲကြီးမားလွန်းမဟုတ် curlers သို့လွဲချော်သွားတာ။
နှင့်ပေါ့ပေါ့တန်တန် hairspray နှင့်အတူဖြန်း "၏ကိုယ်စား" forceps
ဝက်အူ၏အကူအညီနှင့်အတူပထမဦးဆုံးအခြမ်းသောခလောက်နှင့် Bang ။ အခြေအနေ:
မပေးလည်းခိုင်မာသောဆံပင်။

ဦးထုပ်အောက်မှာဆံပင်စောင့်ရှောက်ဖို့ဘယ်လိုနေသလဲ?

ဆံပင်ပုံစံ tools
တွေကိုတစ်တစ်တန်လောင်းအသုံးပြုပုံသင်တစ်ဦးထုပ်အောက်မှာသူမ၏ဆံပင်စောင့်ရှောက်နိုင်မစ
ဦးစားတစ်ဦးကကြီးမားသောအမှား။ ဆန့်ကျင်တွင်, ဦးခေါင်းစိုစွတ်သောဆံပင် primnutsya
ဖြစ်လာသည်နှင့်ညှိပုံစံအတွက်သော့ခတ်နေကြသည်။ ထို့ကြောင့်, mousses, အရောင်တင်ဆီနှင့်
gels အတွက်ပါဝင်ပတ်သက်ရကျိုးနပ်မရှိကြပေ။ ဆံပင်စတိုင်များများအတွက်ဆောင်းရာသီပုံစံ
tools တွေအားလုံးဆံပင်ပုံစံများကိုများအတွက်သင့်လျော်သောဖြစ်ကြသည်။

အဲဒီအစား, လက်ျာစောင့်ရှောက်မှုနှင့်အတူစတင်:
ဆံပင်အမျိုးအစားများအတွက်အရည်အသွေးအခေါင်းလျှော်ရည်နဲ့အေးစက်ကိုရွေးချယ်ပါ။
ဆော့ဗူးရာသီကောင်းစွာ Shampoo & ခုနှစ်တွင်နှစ်မျိုးရှိသည်: လိုအပ်သကဲ့သို့,
ထိုသူတို့ကိုပြောင်းဖို့ moisturizing နှင့်သန့်စင်။
ဆောင်းရာသီတွင်အရေးကြီးသောပိုပြီးဆံပင်ခေါင်းလျှော်ရည်ကိုစင်ကြယ်စေဦးထုပ်အောက်မှာညစ်
ပတ်ရ။ ဒါ့အပြင်ဈေးကွက်အပေါ်ဆီလီကွန်နှင့်အတူပုံစံ tools
များ၏ကြီးမားသောအရေအတွက်ကထင်ရှား။ , ကျန်းမာတဲ့ဆံပင်,
ဒီအစိတ်အပိုင်းကြောက်မက်ဘွယ်သောသည်မဟုတ်,
စိမ်များအတွက်ပြဿနာတစ်ခုဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။ သူကတက်တက်ကြွကြွဆံပင် mowed,
ညံ့ဖျင်းဆေးကြော, သူတို့ကိုအတွက်များ၌သူ့အလုပ်မလုပ်ပါဘူးနှင့်အခြားမဆိုလိုပါ။
ဆံပင်နက်ရှိုင်းသောခေါင်းလျှော်ရည်စင်ကြယ်စေနိုင်ပါတယ်သိမ်းဆည်းပါ။

ဦးထုပ်သို့မဟုတ်ပုံစံ?

အဆိုပါပြဿနာအပေါင်းတို့ထက်မ header ကိုအတွက်ဖြစ်ပြီး၊ ဦးခေါင်းချွေးတအောက်မှာသော။
ကျွန်တော်တစ်ဦးနွေးဦးထုပ်ထားကာအချိန်ကြာမြင့်စွာကနေပါလျှင်၊
ဆံပင်ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ကူညီကြဘူးစိမ်ဆံပင်နှင့်မျှမပုံစံ tools တွေနဲ့စိုစွတ်ရဖို့သေချာပါစေ။
သဗျဿညယွန်းနှင့်အတူမြှုပ်တင်ခြင်း၊ သာမြေအောက်ရထားပြေးဝတ်ထားစေလျှင်မူကား -
ဆံပင်ထိန်းသိမ်းထားရမည်ဖြစ်သည်။
ဆံပင်နှင့်ပုံစံကိုပြုပြင်တာတွေများအတွက်ဆောင်းရာသီအထူးနည်းလမ်းမတည်ရှိပါဘူး။

သို့သော်သင်သည်ဆက်ဆက်နေရာလေးကိုအတွက်လာကြလိမ့်မည်:

ထိုကဲ့သို့သော L'Oreal Professionnel ထံမှ ultralight Hydra Reper အဖြစ်စောင့်ရှောက်မှု၊
Moisturizing သူပုံမှန်ရသောအချိန်သည်ဆောင်းကာလခြောက်သွေ့သောဆံပင်နှင့်အတူတိုက်ကာ
antistatic အကျိုးသက်ရောက်မှု (ကခြောက်သွေ့တဲ့ဆံပင်မှတစ်ဆင့်နှင့် Electrify သည်) ရှိပါတယ်။
A ကောင်းဆိုးအသားအရေစိုပြေအကျိုးသက်ရောက်မှုမီတာမင်အီး၊ သဘာဝအဆီတွေနဲ့အရောင်-
ကုသဆံပင်များအတွက်နည်းလမ်းဝင်စား

ရေတွန်းလှန်အကျိုးသက်ရောက်မှုနှင့်အတူ tools တွေကို Styling ။ ဒါဟာအထူးသဖြင့်၊ hairspray
ရှိသင့်၊ ပြုပြင်တာတွေ superstrong မဟုတ်၊ ဒီပစ္စည်းဥစ္စာပိုင်ဆိုင်မှုဖြစ်ပါတယ်။

L'Oreal Professionnel ထုတ်ကုန်များ Arsenal အသင်းအနေဖြင့်ငါတို့သည်သင်တို့ Tekniart
တန်းစီအကြံပြု: 24 နာရီကြာအစိုဓာတ်ကနေဆန့်ကျင် Freeze ကာကွယ်မှု Fix အဖြစ်အစိုဓာတ်ကို
repels နှင့်ထွန်းလင်းဖြည့်စွက်ထားတဲ့ DJ သမား gloss ။ Mousses superobema ဥပမာ Volyum
Ekström, Volyum ဓါတ်လှေကား Tekniart လိုင်း။ သူတို့ကအမြစ်ကနေဆံပင်ရုတ်သိမ်းပေးရန်။
ကျွန်တော်တစ်ဦးထုပ်ပေါ်တွင်တင်လျှင်၊ ဆံပင်အမြဲတမ်းနာကျင်ခွင့်မပြုပါဘူး။

ဆံပင်မှုန့်ရေမွှား

ပြင်ဆင်ခြင်းများပုံစံအပိုအသံအတိုးအကျယ်နှင့်ထွန်းလင်းပေးကူညီပေးသည်။
ကောင်းသောဆေးသုတ်ဆံပင်တစ်ကြိတ်ပုံသဏ္ဌာန်အတွင်းရွှေ့ဖို့ခွင့်ပြု၊ ဆံပင်ကပ်မထားဘူး။
အရောင်တင်ဆီအနည်းဆုံး 30 စင်တီမီတာအကွာအဝေးကနေကိုလေပေါ်မှာပ၊
ကမ္ဘာ့အပေါ်ယံမြေလွှာ froze ။

ဆံပင်အဘို့အ Mousse

ဆံပင်အဘို့အများအားဖြင့်တစ်ဦး "အခြေခံအုတ်မြစ်" ။ အသံအတိုးအကျယ်ပေးရန်, ဆံပင် damp, ပြီးတော့ခြောက်သွေ့တဲ့မှုတ်, အမြစ်များမှသူတို့ကိုဖယ်ရှားဖို့ကသက်ဆိုင်ပါသည်။

ပုံစံ Gel

ဒါဟာယေဘုယျအားဖြင့်တိုတောင်းနှင့်အလတ်စားအရှည်၏ဆံပင်ပေါ်အသုံးပြုသည်။
မော်ဒယ်အတွက်အသုံးပြုပါကတစ်ဦးချင်းစီ strands အလေးပေးဖို့ကယ်ဆယ်ရေးပေးနိုင်သည်။

ပုံစံ Cream

သင့်ရဲ့ဆံပင်အပိုစောင့်ရှောက်မှုနှင့်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး (ထိုးနှက်-ခြောက်သွေ့နေစဉ်အတွင်း, အထူးသဖြင့်) ကိုထောက်ပံ့ပေးခြောက်သွေ့သရမ်းဆံပင် tames ။

အဆိုပါအရည် (lotion) ပုံစံ

ပါးလွှာ, အားနည်းဆံပင် stacking နိုင်အောင်စီစဉ်ပေးထားတယ်,
ကအသံအတိုးအကျယ်ကိုပေးသည်နှင့် protektkomponentov
၏ရှေ့မှောက်တွင်ဆံပင်လေမှုတ်စက်ခြောက်သွေ့ခြင်းမှကာကွယ်ပေးသည်။

ဖယောင်း

မူရင်းဖန်တီးမှုဆံပင်ပုံစံတွေကိုဖန်တီးရန်အကျိုးသက်ရောက်မှု "ruffled" ။
ဖယောင်းအနည်းငယ်မိမိလက်၌ Pre-အပူ, ဆံပင်အခြောက်မှလျှောက်ထားသည်။

အိမ်မှာသင့်ရဲ့ဆံပင်ပေါ့လုပ်နည်း

.



မှောင်မိုက်နေတဲ့ဆံပင်နဲ့အိပ်မက်နှင့်အတူများစွာသောမိန်းမတစ်ဦးဆံပင်ရွှေရောင်ဖြစ်လာရန်။
ကံကောင်းထောက်မစွာ, ယနေ့ကပြဿနာတစ်ခုမဟုတ်ပါဘူး။
ရောင်းချမှုတွင်ဆံပင်ပေါ့အရောင်တွေများများရှိပါတယ်။
သူတို့က၎င်း၏ဖွဲ့စည်းမှုအတွက်ဓါတုဗေဒပါဝင်ပစ္စည်းများဆံသောကွောငျသို့သော်တပ်မက်လိုချင်
သောအရိပ်ပေးခြင်းအပြင်, သူတို့ဆံပင်ထိခိုက်စေတယ်။
ဘယ်လိုလုံခြုံစိတ်ချစွာအိမ်မှာသင့်ရဲ့ဆံပင်ပေါ့? ဒီလိုလုပ်ဖို့, ရိုးရာကုစားရှိပါတယ်။

အထွေထွေအကြံပြုချက်များ

သငျသညျအိမ်မှာသင့်ရဲ့ဆံပင်ပေါ့မပြုမီ,
သငျသညျအထွေထွေအကြံပြုချက်များနှင့်အတူကိုယ့်ကိုယ်ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သင့်ပါတယ်:

- အဆိုပါရှင်းလင်းချက်မှအနည်းငယ်ကြိုတင်အတွက်ဆံပင်ဆေးထိုးခြင်းမှအကြံပြုသည်မဟုတ်။
- ဒါဟာကြိုတင်ဆံပင်၏ရှင်းလင်းချက်အနည်းဆုံးရက်အနည်းငယ်မှမလိုလားအပ်သောဖြစ်ပါတယ်နှင့် hairdryer utjuzhkom, gels နှင့်အရောင်တင်ဆီအသုံးပြုပါ။

- ရှင်းလင်းချက်ဆံပင်စိုစွတ်ဖို့လျှောက်ထားသည်ကိုသူတို့သွေ့ခြောက်လျှင်၊ အစက်အပြောက်များနှင့်အစွန်းအထင်းရနိုင်ဆိုလိုသည်။
- အဆိုပါရှင်းလင်းချက်ကိုသင်၏ဆံပင်ဆေးကြောဖို့မလိုအပ်ပါဘူးမတိုင်မီရက်အနည်းငယ်။

သိမှတ်ဖွယ်! ပိုကောင်း Tone ဆံပင်ပေါ်ပြီးနောက်။

ဤသည်အများအပြားအလျင်ကဦးခေါင်းမှတဆင့်ဆေးကြောထားတဲ့ mousse, ရေမှုန့်ရေမွှားသို့မဟုတ်ရေမြှုပ်ကိုအသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။

အိမ်မှာဆံပင်ပေါ့ရန်နည်းလမ်းများ

အိမ်မှာသင့်ရဲ့ဆံပင်ပေါ့ကူညီနိုင်လိမ့်မည်ဟုရိုးရာကုစားသုံးပြီးအများအပြားချက်ပြုတ်နည်းများရှိပါတယ်။ အဆိုပါဆွေမျိုးဘေးကင်းလုံခြုံမှုရှိနေသော်လည်းအားလုံးအကြံပြုချက်များနှင့်အတူ pre-ခင်မင်သိကျွမ်းဖို့ပိုကောင်းတဲ့လမ်း၏အသုံးပြုမှုကိုမီ။

ဒါဟာအရည်အသွေးကိုသင့်ရဲ့ဆံပင်ပေါ့ရရှိရန်သောညွှန်ကြားချက်အတိုင်းလိုက်နာရန်လည်းအကြံပြုလိုတယ်။

Method ကို 1: ဆံပင်ဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုဒ်ပေါ့

ဈေးကွက်အပေါ်အဘယ်သူမျှမကအထူးစိတ်ဝင်စားစဉ်အခါဆံပင်ပြောပေါ့ဒီနည်းလမ်းပင်အစောပိုင်းကသားစဉ်မြေးဆက်ကိုအသုံးပြုခဲ့သည်။

ဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုဒ်တစ်ဦးဈေးပေါ့နှင့်လက်လှမ်းရိုးရာဆေးတစ်လက်ဖြစ်ပါတယ်။

အရေးကြီး!

ဒါကြောင့်ပထမတစ်ချက်မှာပုံရသည်အဖြစ်သို့ရာတွင်ထိုသို့ဒါအန္တရာယ်ကင်းမဟုတ်ပါဘူး။

ထိန်းအကွပ်မဲ့အလင်းရောင်ပျက်စီးခြင်းဆံပင် follicles

လုံးဝဆံပင်ကောက်ကောက်၏ဆုံးရှုံးမှုကိုဦးတည်သွားစေပါလိမ့်မယ်အရာ, သူတို့ကိုဖျက်ဆီးမည်။



ဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုင်နှင့်အတူဆံပင်ပေါ့များ၏လုပ်ထုံးလုပ်နည်းအထဲကသယ်ဆောင်ရန်ပြုလုပ်သုံးစွဲဖို့လိုအပ်သောသည်း

- ဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုင် (3%) - 1 ဖလားကို;
- ဖြိုး;
- ဆံပင်အဘို့အ clips;
- တစ်မျှန်ရေမွှားနှင့်အတူတစ်ပုလင်း,
- အဟောင်းအဝတ်;
- လက်အိတ်;
- ဗာလစ်စေးနှင့်ခေါင်းလျှော်ရည်။

အဆိုပါလုပ်ထုံးလုပ်နည်းကိုယ်တိုင်ကဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုင်ပေါ့ဖြစ်ပါတယ်ရှုပ်ထွေးမဟုတ်ပါဘူး:

1. ဆံပင်ရေနှင့်စိုစွတ်ကြ၏နှင့်ဂရုတစိုက်ပြီးရပါမည်။
သူတို့ကအရမ်းစိုစွတ်သောမဖြစ်သင့်ပါတယ်။ ဒီတော့လျှင်, သင်စိုစွတ်သော strands
သုတ်ပဝါရရန်လိုအပ်သည်။
2. အဟောင်းအဝတ်နှင့်လက်အိတ်ဝတ်ထား,
ဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုင်တစ်မျှန်ရေမွှားပုလင်းနှင့်ပြည့်စုံရပါမည်။
3. ဆံပင်ကလစ်များ အသုံးပြု. ကဏ္ဍများခွဲခြားရပါမည်။
ဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုင်အမြစ်များနှင့်ဇာတ်သိမ်းအကြံပေးချက်များထံမှတနည်းဖျန်းရပါမည်။ သငျသညျတစ်နာရီအဘို့အရပ်များနှင့်ခေါင်းလျှော်ရည်တွေနဲ့ချွတ်ဆေးကြောပါ, မိနစ် 30
ရက်တွင်ဗာလစ်စေးလျှောက်ထားရန်မလိုအပ်ဆိုလိုသည်။



သိမှတ်ဖွယ်! ဒါဟာ strands
ပေါ့စပထမဦးဆုံးကြိုးပမ်းမှုအလုပ်လုပ်မည်မဟုတ်ကြောင်းဖြစ်နိုင်ပါတယ်,
ဒါကြောင့်သင်အနည်းငယ်လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများဖြုန်းဖို့ရှိသည်။

Method ကို 2: သံပုရာဖျော်ရည်နှင့်အတူဆံပင်ပေါ့

သံပုရာဖျော်ရည်ကို -
သူတို့ကိုမည်သည့်ထိခိုက်နစ်နာမှုမရှိစေဘဲသင့်ရဲ့ဆံပင်ပေါ့ကူညီပေးသည်အခြားလုံခြုံရေး feature ။

ထို့ပြင်၎င်းတို့သည်တောက်ပဖြစ်ကြသည်။ သံပုရာဖျော်ရည်ကိုသုံးပြီးဆံပင်ပေါ်၊
သဌသညာနုစုချက်ပြုတ်နည်းများ၏တဦးတည်းကိုသုံးနိုင်သည်။ ပထမဦးဆုံးအမှု၌၊
သံပုရာဖျော်ရည်ကို (4 အသီး၊ အစွန်းအထင်းများဧရိယာပေါ်မူတည်.) နှင့်လေအေးပေးစက်
(လေးပုံတပုံခွက်ကို) လိုအပ်ပါတယ်။
တစ်စက္ကန့်စာရွက်အရမယ့်အစားတစ်ဦးသမားရိုးကျလေအေးပေးစက်နွေးရေကိုအသုံးပြုသည်။



လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများအတွက်အောက်ပါလုပ်ဆောင်ချက်များကိုလုပ်ဆောင်:

1. သံပုရာဖျော်ရည်ကိုအားလုံးနှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ်ရောနှော, ရေသို့မဟုတ်လေအေးပေးစက်
add တစ်မှုန့်ရေမွှားပုလင်းထဲသို့သွန်းလောင်းဖြစ်ပါတယ်။
2. 15 မိနစ်ပြီးနောက်တစ်နည်းလမ်းများဆံပင်မှတဆင့်လျှောက်ထားသည်ခန့်မှန်းခြေအားဖြင့်
2 နာရီနေရောင်ကျင်းပခြင်းဖြစ်သည်။
3. သံပုရာဖျော်ရည်ကိုခေါင်းလျှော်ရည်တွေနဲ့ဆေးကြောသည်အေးစက်ထို့နောက် (output
ကိုပုံရိပ်) လျှောက်ထားသည်။



သိမှတ်ဖွယ်!

အကောင်းဆုံးအကျိုးသက်ရောက်မှုနောက်နေ့သည်ဆံပင်၏ရှင်းလင်းချက်များအတွက်လုပ်ထုံးလုပ်နည်းပြန်လုပ်မှန်လို့ဖွယ်ဖြစ်ပါသည်။

Method ကို 3: Chamomile ဆံပင်လျှော့ပေါ့

Chamomile ဆံပင်ပေါ့စုံလင်သည်။

ထို့အပြင်ကြောင့်အပြုသဘောဆံပင်၏အသွင်အပြင်ကိုထိခိုက်ဂုဏ်သတ္တိများ၊
ငြိမ်းစေလျက်ခဲ့သည်။ ဆံပင်ပေါ့ချက်ပြုတ်နည်းများအများအပြားနည်းလမ်းရှိပါတယ်။



ကြော် 1:

1. 20 ခန့်မိနစ်ထုံမွန်း chamomile ပြုတ်ရေ 30 ဂရမ်, ထို့နောက် cheesecloth မှတဆင့် protsezhiaetsya ။
2. ဝက်သံပုရာ၏အသီးဖျော်ရည်ကဆက်ပြောသည်။
3. ဆံပင်တစ်ဦးစံလမ်းအတွက်ကိုဆေးကြော, ပြီးတော့ chamomile နှင့်သံပုရာ၏ပြုတ်ရည် opoloaskivayutsya ။

ကြော် 2:

1. 2 ဇွန်းတစ်ငွေပမာဏအတွက် Camomile ရေခွေး 6 ဇွန်းနှင့်ပြည့်စုံတစ်ဦး thermos သို့သွန်းလောင်းဖြစ်ပါတယ်။

2. Camomile လက်ဖက်ရည်တစ်ဦး thermos ခန့် 5 နာရီကြာထားရှိမည်ပြီးတော့ filtered ဖြစ်ပါတယ်။
3. ဆံပင် tool ကိုဦးခေါင်း zamatyvaetsya polietillenom စိမ့်နှင့်တစ်နာရီကျင်းပခဲ့တယ်။
4. Camomile လက်ဖက်ရည်သန့်ရှင်းသောရေနှင့်အတူချွတ်ဆေးကြောသည်။

ကြော် 3:

1. chamomile ၏နှစ်ဖွန်းရေတစ်ဝက်တစ်ခွက်ကိုပွက်ပွက်ဆူနေသောသွန်းလောင်း။ ပြုတ်ရည်ထို့နောက် filtered 2 နာရီပြသနာတွေ။
2. က glycerol ၏ 60 ဂရမ်ထည့်သွင်းထားသည်။
3. နည်းလမ်းတစ်မျက်နှာဖုံးအဖြစ်ဆံပင်ဖို့လျှောက်ထား zamatyvaetsya ရုပ်ရှင်နဲ့ 45 မိနစ်ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ခဲ့ပါတယ်။
4. ဦးခေါင်းနွေးရေနှင့်ဆေးရမည်။

Method ကို 4: ဆံပင်ဒိန်ချဉ်ပေါ့

ဒိန်ချဉ်, အသက်အစက်အပြောက်များကကင်းရှင်း, အရေပြားလန်းဆိုတဲ့အချက်ကို, ရှည်လျားလှသိများခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာနေဆဲဆံပင်ပေါ့ဖို့အသုံးပြုနိုင်ထွက်လှည့်။ ထို့အပြင်နို့ထွက်သောက်, အ strands ၏ဖွဲ့စည်းပုံမှာတိုးတက်ကောင်းမွန်သူတို့ကိုကျွေးမွေး, ကြီးထွားမှုအရှိန်မြှင့်။

ဒိန်ချဉ်၏အကူအညီနှင့်အတူဆံပင်ပေါ့အဆိုပါအားနည်းချက်ကြောင့်ညံ့ဖျင်းပျောက်ဆေးကြောကြောင်းဖြစ်ပါတယ်။



ပဝါနဲ့အတူနှင့် 2 နာရီကြာစောင့်ဆိုင်း - သင်သည်သင်၏ဦးခေါင်းကိုရုပ်ရှင်ထိပ်ပေါ်မှာခြုံပြီးတော့၊ သင့်ဆံပင်ပေါ် ဒိန်ချဉ်ထားပြီးမှ၊ စံလမ်းကိုသုံးနိုင်သည်။ ထိုအခါခေါင်းလျှော်ရည် strands ဆေးကြောပါ။ ဒုတိယစာရွက်တွင်အောက်ပါအစိတ်အပိုင်းများကိုသုံးစွဲဖို့ဖြစ်ပါသည်:

- kefir - 50 ml ကို;
- သံပုရာဖျော်ရည်ကို - 0.5 သနွေသား;
- ။ ကော့ညက် - 1 Tsp,
- ဆံပင်ဗာလစံစေး - 1 Tsp ..

အဆိုပါလုပ်ထုံးလုပ်နည်းအောက်ပါအဆင့်တွေကိုပါဝင်ပါသည်:

1. လူအားလုံးတို့သည်ပါဝင်ပစ္စည်းများရောထွေးနေကြသည်, ထို strands ယင်း၏တစ်ခုလုံးကိုအရှည်များအတွက် lubricated နေကြသည်။
2. ဦးခေါင်းထိပ်တွင်သတ္တုပြီးနှင့်တစ်ဦးသုတ်ပဝါအနာ။
3. အကြောင်းကို 7-8 နာရီ vyderzhvaetsya mask, အခေါင်းလျှော်ရည်ကိုချွတ်ဆေးကြော။



လုပ်ထုံးလုပ်နည်းရဲ့အဆုံးမှာလေအေးပေးစက်မှလျှောက်ထားသည်။

Method ကို 5: ပျားရည်နှင့်သစ်ကြံပိုးနှင့်အတူဆံပင်ပေါ့

သစ်ကြံပိုးခေါက်နဲ့ပျားရည်ပင်အနက်ရောင်ဆံရှင်မလည်းမီးလောင်ဆံပင်ပေါ့အသုံးပြုကြသည်။
အဆိုပါအရာသည်ဤအရောအနှောမြန်မြန်ဆန်ဆန်နဲ့အောင်အောင်မြင်မြင်ကပေးအပ်သောတာဝန်
များကိုနှင့်အတူရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနိုင်သောကွောငျ့ဖွဲ့စည်းသည်။



သင်လိုအပ်:

- သစ်ကြံပိုးခေါက် - 3 tbsp ။ ဌ။
- ပျားရည် - 2 tbsp ။ ဌ။
- သံလွင်ဆီ - 2 tbsp ။ ဌ။
- ရေ - 1 tbsp ။ ဌ။
- လေအေးပေးစက် - 2 tbsp ။ 1 ။

ဒီ tool ကိုသုံးစွဲဖို့, သင်အောက်ပါအချက်များကိုလိုအပ်:

1. ရေနံပျားရည်ရောမွှေပါ။ မြေပြင်သစ်ကြံပိုးထည့်ပါ။
2. သံလွင်ရေနံနှင့်လေအေးပေးစက်နှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ်သွန်းလောင်း။
3. 3 နာရီများအတွက်တစ်ခုလုံးကိုအရှည်နှင့်ခွင့်ကျော်ဆံပင်အရောအနှောတွေနဲ့အင်္ကျီ။
4. ပူနွေးသောရေနံခေါင်းလျှော်ရည်တွေနဲ့သုတ်ခြင်း, အေးစက်ကိုအသုံးပြုပါ။



ဒါကြောင့်၊

ယဇ္ဈပူဇော်ပါစေခြင်းငှါမသေချာပေါက်တစ်ပြောင်ပြောင်တောက်သောဆံပင်ရွှေရောင်အတွက်မီး
လောအနက်ရောင်ဆံရှင်မရှောင်မည်။

လုံခြုံလမ်းအတွက်အရိပ်၏စုံတွဲတစ်တွဲပေါ့ပါးလွယ်ကူစွာသင့်ရဲ့ဆံပင်လုပ်ပါ။

ဗီဒီယို: အိမ်မှာသင့်ရဲ့ဆံပင်ပေါ့လုပ်နည်း

သင့်ရဲ့ဆံပင်ပေါ့၊ သင်မြန်မြန်ဆန်ဆန်နဲ့လုံခြုံစွာလူရဲ့ငွေကိုသုံးပြီးနိုင်ပါတယ်။

သဘာဝဒြပ်ပေါင်းများကိုဆံပင်မှအန္တရာယ်မဖြစ်စေပါလိမ့်မယ်။ အတော်လေးဆန့်ကျင်၊

သူတို့ကပိုထူ silkier နှင့်ကျန်းမာသန်စွမ်းပါစေ။

ရှင်းနေသည်မှာအိမ်မှာဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုင်မှာဆံပင်ပေါ့ဖို့ဘယ်လိုကြည့်ပါနဲ့အခြားနည်းလမ်း
များအဆိုပါဗီဒီယိုထဲမှာရှိနိုင်ပါသည်။

ဆံပင်ဆိုးဆေးများကနေဓာတ်မတည်



အားလုံးဆံပင်ဆိုးဆေးများ၏အကြောင်း 5% ဓာတ်မတည်ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါတယ်။

ဆံပင်ဆိုးဆေးများကနေ manifest

ဓာတ်မတည်ကွဲပြားခြားနားတဲ့နည်းလမ်းတွေအတွက်ဖြစ်နိုင်သည်အရေပြားနီခြင်း၏ပုံစံ၊
အရေပြားအရည်ကြည်ဖုများနှင့်ရောင်ရမ်းခြင်း၏ပုံစံအတွက်ဆံပင်နှင့်အဆက်အသွယ်ဖြစ်ပြီး၊
တခါတရံတွင်ပင် anaphylactic ဈေးမှာဖွဖျန်ရရှိရာဧရိယာ၌မတည့်ယားယံခြင်း၏ပုံစံ။

သက်သေ

သဘာဝကဆံပင်အရောင်ရှိသည်သောသူအမျိုးသမီးများနေ့ယခုလျော့နည်းနည်းဖြစ်ပါသည်၊
သို့သော်အချို့ဆိုးဆေးအစိတ်အပိုင်းများကိုတစ်ခုတည်းမှုနှင့်အတူပြဿနာကိုအလွန်ဘုံဖြစ်လာကြ
ပြီ။ အကြောင်းမူကား၊ စာပေ၏တဦးတည်း၏အဆိုအရ၊
ဤကဲ့သို့သောဓာတ်မတည်ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းတွင်ဖြစ်ပွားကြောင်းဓာတ်မတည်မှု၏သုံးပုံတပုံတုလျမှတု
တမျိုးတသျှထားသနေသည်။

ပေါ်ကနေအရေပြားရောင်ရမ်းအချို့သောဆိုးဆေးများနှင့်အစိတ်အပိုင်းများမှခန္ဓာကိုယ်ရဲ့တုံ့ပြန်မှုလ
က္ခဏာများရှိပြီးဖြစ်ပါတယ်။

သို့သော်အမြဲဓာတ်မတည်၏မူလအစကအလွယ်တကူဖော်ထုတ်နိုင်ပါတယ်မဟုတ်ပါဘူး။

အဓိကအင်္ဂါရပ်များပါဝင်သည်:

- စဉ်အတွင်းသို့မဟုတ်ဆေးဆိုးအပြီးယားယံပေါ်ပေါက်မည်
- ဦးရေပြားပေါ်မှာတစ်ရက်သို့မဟုတ်နှစ်ခုထုတ်ဖော်ပြောဆိုရက်အနည်းငယ်အတွက်အလွန်မ
ကြာခဏသူဟာသူအလုပ်လုပ်ပြီးရာနီခြင်း၊ နှင့် (အလင်းအပါအဝင်)
တစ်ဦးမီးလောင်ရာသို့မဟုတ်ယားယံထင်ရှားစေခြင်းငှါ၊
- ကွာ၊ ဒါမှမဟုတ်အရေပြားရောင်ရမ်းခြင်း။

အဆိုပါတာမျိုးထိတွေ့ပြီးနောက်နောက်တစ်နေ့အစွန်းအထင်းသက်ရှိယင်း၏တုံ့ပြန်မှုတိုးပွားစေပါသည်။ ယားယံခြင်းနှင့်နီခြင်းသိသာနှင့်အရေပြားပိုကြီးတဲ့ဧရိယာပေါ်မှာဖြန့်ဝေပါလိမ့်မည် non-အစွန်းအထင်းဧရိယာဖြစ်သောအရေပြား၊ ဧကတစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအားဖြင့်ထိခိုက်နိုင်ပါသည်။

လည်ပင်း၊ နဖူးနှင့်လည်ပင်းဧရိယာခံရပါစေသော။

တစ်ခါတစ်ရံပူလောင်၏အမှု၌တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်သောအသားအရေတုံးမှာတက်စေ့ပူဖောင်းပေါ်၊ အ lymph node များရောင်ရမ်းဖြစ်ကြသည်။ အမှုပြင်းထန်မဟုတ်ပါဘူးလျှင်၊ အကူအညီနဲ့အလုံအလောက်လွယ်ကူသောဖြစ်ပါသည်။ ရုံ hamamelisa သို့မဟုတ် chamomile အပေါ်အခြေခံပြီးတစ်ဦး lotion ကိုသုံးပါ။

ပြင်းထန်သောဖြစ်ရပ်များတွင်သင်သည်ချက်ချင်းဆရာဝန်တစ်ဦးနှင့်တိုင်ပင်သင့်ပါတယ်။ Anti-မတည့်အေးဂျင့်အဖြစ်ကုထုံးအတွက်ကျွမ်းကျင်တစ်ခုမှာသတ်မှတ်နှင့်ဟော်မုန်းလိမ့်မည်။

မကြာခဏဓာတ်မတည်ဖြစ်ပေါ်စေကြောင်းထွုများစာရင်း

PPD (4-ParaPhenyleneDiamine) C6H8N2 -

ဤအစိတ်အပိုင်းဆံပင်ဆိုးဆေးများနီးပါးဝက်အတွင်းယခုပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်ပါတယ်။

ဤသည်ပစ္စည်းဥစ္စာတို့သည်အောက်ဆိုင်နှင့်အတူမှင်ရောစပ်ခြင်းဖြင့်ရရှိသောဖြစ်ပါတယ်။

အဆိုပါဓာတ်အေးဂျင့်အဖြစ်၊ များသောအားဖြင့်ဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုင်ပြုမူ။

ဤသည်ပစ္စည်းဥစ္စာကိုမကြာခဏတက်တူးအဘို့အလှကုန်ပစ္စည်းထုတ်ကုန်သို့မဟုတ်သုတ်ဆေးများ၏ထုတ်လုပ်ရာတွင်အသုံးပြုသည်။

ထိုကဲ့သို့သောသူတို့ကျန်းမာရေးအတွက်အန္တရာယ်ကြောင့်ပိတ်ပင်ထားတဲ့ပစ္စည်းဥစ္စာဆွဲဒင်၊ ဂျာမနီနှင့်ပြင်သစ်မှင်အဖြစ်တချို့နိုင်ငံတွေအတွက်။

6-hydroxyindole, p-Methylaminophenol (5), Isatin -

ဤအစိတ်အပိုင်းများကိုလည်းတစ်ဦးမတည့်တုံ့ပြန်မှုဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။

သူတို့ကယာယီဆံပင်ဆိုးဆေးများ၊ ဓာတ်ဆီ၊ မှင်ခြံနှင့်ဆေးဝါးထုတ်လုပ်ရာတွင်အသုံးပြုကြသည်။

စကားတော်ရှိသည်သောဆံပင်ဆိုးဆေးများရှိပါတယ် "ဓာတ်ဖြစ်ပေါ်စေပါဘူး။ "

သို့သော်ထိုကဲ့သို့သောတံဆိပ်ကိုအတည်ပြုမပေးပါ။

ဆေးကအမွှေးအကြိုင်ဆံ့မခံပါဘူးတိကျမ်းစာ၌လာသည်ကားရင်တောင်အဲဒါကိုဓာတ်မတည်စေမည်မဟုတ်ကြောင်းအာမခံနိုင်ပါဘူး။ ဓာတ်မတည်ဆန့်ကျင်ကာကွယ်ဖို့အတွက်နှင့်သို့မဟုတ် "သဘာဝကကုန်ပစ္စည်း" "သဘာဝကပေါ်အခြေခံပြီးထုတ်ကုန်" ဟုသောစကားနှင့်ဆေးထိုးခြင်းမရှိကြနှင့်။

အများအားဖြင့်တစ်ဦးမတည့်တုံ့ပြန်မှုဟာအစွန်းအထင်းလုပ်ထုံးလုပ်နည်းပြီးနောက်ခုနုစုပါးသုံးဆယ်မှနာရီအတွင်းဖြစ်ပေါ်ပါသည်။

ပန်းချီရှေ့တော်၌ထိုဆေးသုတ်၏ပဏာမစမ်းသပ်

ဒါဟာတစ်ဦးဓာတ်အေးဂျင့်နှင့်အတူဆံပင်ဆိုးဆေးရောထွေးနှင့်နားကိုနောက်ကွယ်မှပါသို့မဟုတ်တံတောင်ဆစ်ကွေးအတွက်ဧရိယာမှသေးငယ်တဲ့ငွေပမာဏကိုလျှောက်ထားရန်လိုအပ်ပေသည်။

ဤဒေသများအတွက်၊

အရေပြားအများဆုံးအထိခိုက်မခံကြောင်းဆိုတဲ့အချက်ကိုကြောင့်တည်နေရာ၏ဤရွေးချယ်မှု။

တုံ့ပြန်မှု Two-သုံးရက်စောင့်ဆိုင်းသင့်ပါတယ်။

ဒါဟာဆေးသုတ်လျှောက်ထားသည်အဘယ်မှာရှိအရေပြား၊ သန့်ရှင်း undamaged

ဖြစ်ရမည်အောက်မေ့ရပါမည်။

အချိန်ကိုမလိုအပ်ပြီးနောက်အဘယ်သူမျှမတည့်မှုရောဂါလက္ခဏာများ (အဖု၊ ယားယံ၊ နီခြင်း)

ပေါ်လာမပြုခဲ့ပါကစမ်းသပ်မှုရလဒ်ကအနုတ်နဲ့အရောင်ကိုကြောက်ရွံ့မရှိဘဲဤအရောင်ငါ့ဆံပင်ဖြစ်

နိုင်သည်ကိုဆိုလိုသည်။ ပင်အသေးဆုံးနီခြင်းသို့မဟုတ်အခြားပေါ်ထွန်းခြင်းရှိခဲ့လျှင်၊

စမ်းသပ်မှုအပြုသဘောသည်နှင့်သင်ဆေးသုတ်ကိုမသုံးနီငြုသည့်။

သင်တန်း၏ဓာတ်မတည့်ဆေးသုတ်၊ မနှစ်မြို့ဖွယ်ရောဂါ။

မတည့်ရောဂါများတဲ့သဘောထားကိုလည်းမရှိပါကလုပ်ထုံးလုပ်နည်းမတိုင်မီအန္တရာယ်များကို ယူ။

ဆရာဝန်တစ်ဦးနှင့်တိုင်ပင်ဖို့မ သာ. ကောင်း၏။

အထူးကုကြောင့်တစ်ဦးမတည့်တုံ့ပြန်မှုကိုရှောင်ရှားရန်ဖြစ်နိုင်ပါလိမ့်မည်ဆိုလိုတာက၊

သင်ဆေးဆိုးအဘို့အနူးညံ့သိမ်မွေ့ဆေးသုတ် option ကိုရှေးခဏ္ဍကူညီပေးပါမည်။

အထိခိုက်မခံဦးရေပြား:

စောင့်ရှောက်မှု၏စည်းမျဉ်းများ

.



ကျန်းမာလှပထူဆံပင်သဘာဝဥစ္စာခန့်အဆင်းလှသောလိင်၏တစ်ချိန်တည်းမှာအဓိကအလှဆင်ဖြစ်ပါတယ်။

သို့သော်လျှင်ကျနော်တို့အစဉ်အဆက်ဦးရေပြားရဲ့ကျန်းမာရေးအပေါ်အလွန်ကောင်းမွန်တဲ့ဆံပင်တိုက်ရိုက်မှီခိုထင်?

ဤသည်အလွန်ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြင်းနှင့်အထိခိုက်မခံအသားအရေနေသောလူများအထူးသဖြင့်မှန်သည်။

အမြစ်ကိုကြည့်ရှုဆင်ခြင်

အလွန်မကြာခဏငါတို့ရှိသမျှသည်တပ်ဖွဲ့များမှဆံပင်ဖွဲ့စည်းပုံမှာ ovneshney

ဂရုစိုက်ခြင်းနှင့်လုံးဝအမြစ်မှရင့်ကျက်ဖို့၊ သူတို့ကဆိုသည့်ကား၊

မေ့လျော့သောဖြစ်နိုင်သောလမ်းစမ်းပါ။

အရေပြားခေါင်းကိုဆံပင်၏ကိုယ်စားသူအားလုံးလိုအပ်သောနှင့် pitatelnyeveschestva

အားလက်ခံတွေ့ဆုံရှိရာ၊ မွေးဖွားခဲ့ပြီး၊

သင်တန်း၎င်း၏အနေအထားကိုထံမှနေသည်ကဆံပင်ပေါ် ကြည့်ရှုမည်ကိုမည်သို့မူတည်ပါသည်။

ဒါဟာဦးရေပြားကျွန်တော်တို့ရဲ့ဆံပင်၏ pervichnymistochnikom

ကျန်းမာရေးနှင့်အလှအပကြောင်းအောက်ပါအတိုင်း။ ဒါဟာ LeatherHead

အတူတူပင်သတိထားစောင့်ရှောက်မှုအဖြစ်မျက်နှာနှင့်ခန္ဓာကိုယ်လိုအပ်ပါတယ်ဤသည်အလွန်အကြောင်းပြချက်အဘို့ဖြစ်၏။

sensitivity ။ Chtoeto?

စာရင်းဇယားအရ၊ ကိုယ်စားလှယ်များ၏ 80%

ခန့်နူးညံ့သိမ်မွေ့သောစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်နေအရေပြားတစ်ခုတိုးလာ sensitivity

ကိုကဲ့သို့သောပြဿနာတစ်ခုနှင့်အတူရင်ဆိုင်ခဲ့ရသည် slabogopola ။

ပြင်ပနှင့်ပြည်တွင်းရေးနှစ်ဦးစလုံး - ထိုသို့သောအသားအရေမဆိုနာကျင်ကျိန်းစပ်အချက်များ
vozdeystviyukakih ဖို့အထူးသဖြင့်ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။

အပူချိန်အပြောင်းအလဲများ၊ လေတိုက်၊ neblagopriyatnyeeekologicheskie အခြေအနေများ၊
လေအေးပေးစက်ကနေခြောက်သွေ့သောလေထု - ဤအမှုအလုံးစုံတို့ကို vyzvato bezvozhivanie
နိဗ္ဗာသည၊ အီနှင့်ဆင်းရဲသောအရေပြားအခြေအနေ။
ထို့ကြောင့်ကျွန်တော်အစိုဓာတ်ဆုံးရှုံးမှုဟာအရေပြားအပေါ်ယံ၏အမှန်၏ခွဲခြာမှုဦးဆောင်ကာရလဒ်
အဖြစ်ခြောက်သွေ့၊ ယားယံခြင်းနှင့်အလွှာတစ်ဦးခံစားချက်လည်းမရှိကြောင်းသတိပြုမိ။ ထိုအ
nestanovitsya ခြင်းချက်ဦးရေပြား။

နူးညံ့သိမ်မွေ့စောင့်ရှောက်မှု chuvstvitelnoykozhey ခေါင်းကို

အကယ်စင်စစ်မေးခွန်းဘယ်လို zhezaschitit
ဦးရေပြားပြင်ပအန္တရာယ်များမှအဖြစ်ပေါ်ထွန်းရှိပါတယ် acutely? အထိခိုက်မခံ LeatherHead
ကတည်းကစောင့်ရှောက်မှုနှင့်အသားအရေစိုပြေစေ၏အထူးနူးညံ့သိမ်မွေ့သောစည်းမျဉ်းများလိုအ
ပ်သည်။ ဆံပင် dlyauhoda အားလုံးရန်ပုံငွေများ၊ စည်းကမ်းအဖြစ်၊ အပျော့ဖြစ်နှင့်
razdrazheniekozhi စေသင့်ပါဘူး။

တောင်မှပိုကောင်း၊ ထိထိရောက်ကျရောအစိုဓာတ်ကို predotvraschayutpoteryu ထိုကဲ့သို့သောက
glycerol, သွပ်, polinukliinovy အက်ဆစ်၊
ဟင်းသီးဟင်းရွက်အဆီများနှင့်အသားအရေစိုပြေအေးဂျင့်အဖြစ်ခေါင်းလျှော်ရည်
ultrafioletovyefiltry, တွင်ထည့်သွင်းမယ်ဆိုရင်။

စကားမစပ်, အဝတ်လျှော်ဆံပင် schuvstvitelnoy
အရေပြားဖြစ်စဉ်မှအထူးချဉ်းကပ်အမည်ရဆံပင်ဆေးကြောဘို့ရေ၏အပူချိန် bytkomnatnoy
သင့်ပါတယ်ရှိ၏ ယင်းခေါင်းလျှော်ရည်လျှောက်ထား၏ထိရောက်မှုကိုအဘို့, ကလက်ဝါးပေါ်မှာ
neobhodimovspenit; အဆိုပါလက်ငင်းပထမဦးဆုံးရေဆေးကိုဆေးကြောဆားနဲ့ဖုန်မှာ,
နှင့်အစိတ်အပိုင်းများကို moisturizing နှင့်ကာကွယ်ဒုတိယ deystvievstupayut
အတွက်ယခုအချိန်တွင် - ဆပ်ပြာနှစ်ကြိမ်ဆံပင်ဖို့လျှောက်ထားရပါမည်။

အတွင်းပိုင်းကနေကျွန်တော်တို့ရဲ့အသားအရေကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန်အလို့ငှာ, svoyratsion
အတွက်ဗီတာမင် A, B, C တို့ဆံပင်အစားအစာများကိုဖွင့်

အကျော်နှင့်အတူရုံပုံငွေ

ကျယ်ပြန့်အလှကုန်များနှင့်ဆေးဝါးများ svoimichudodeystvennymi
ဂုဏ်သတ္တိများလောကီသားတို့သည်ထင်ရှားသောနှင်းဦးရေပြားပေါ်အကျိုးသက်ရောက်မှုငြိမ်းစေလျ
က်သော prirodnyykomponent - ပေးနိုင်သောအစိုဓာတ်ကိုရှားစောင်းလက်ပတ်ဖြစ်ပါတယ်။
ခေါင်းလျှော်ရည် poteryuvlagi
ကာကွယ်ပေးနိုင်ခြင်းနှင့်ဘက်တီးရီးယားဆန့်ကျင်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်၊
ကျော်ထိထိရောက်ရောက်အထိခိုက်မခံအသားအရေများအတွက်ဂရုမစိုက် sekstraktom ။

အထိခိုက်မခံဦးရေပြားရဲ့ချိန်ခွင်လျှာကိုပြန်သွား

ဦးခေါင်း၏အထိခိုက်မခံတဲ့အသားအရေရဲ့ချိန်ခွင်လျှာကိုပြန်လာနိုင်ရန်စားသုံးဆီအပေါ်အခြေခံပြီး
ဖြစ်ကြောင်း ispolzuyavosstanavlivayuschie tools များရှိနိုင်ပါသည်။ massaging
လှုပ်ရှားမှုတွေသုံးပြီးနည်းနည်း kapellegkogo ဟင်းသီးဟင်းရွက်အဆီများ (argan, jojoba
ရေနံသို့မဟုတ်ဗာဒံ) ပရီမီယံတန်း nakozhu ဆွဲပါ။
ကျနော်တို့နံနက်တိုင်အောင်ရေနံကြိုတင်ယူထားနှင့်ပြီးသားခေါင်းလျှော်ရည်နဲ့ပူနွေးတဲ့ရေ
utromsmyvaem ။ စကားမစပ်၊ ဆံပင်ကနေရေနံဖယ်ရှားပစ်ရန် poopredelennoy
အစီအစဉ်ရှိရမည်: ဆံပင်ခေါင်းလျှော်ရည်အခြောက်မှ Apply,
ထို့နောက်ချွတ်ဆေးကြောပါထို့နောက် ivspenivaem စိုစွတ်ကြ၏နှင့်။

1: ဦးရေပြားယားယံခြင်းသည်ထင်ရှားရှိလျှင်၊ ဆံပင်အဝတ်လျှော်သည့်အချိန်တွင်ရေ 1
ခေါင်းလျှော်ရည်မှေးမှိန်ရန်အကြံပြုသည်။

ယားယံစေနိုင်ပါသည်အမြဲနှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ်အကြွင်းအကျန် inacheego
ဆံပင်နှင့်အတူခေါင်းလျှော်ရည်ကိုချွတ်ဆေးကြောဖို့ကြိုးစားပါ။
ယင်းခေါင်းလျှော်ရည်လျှောက်ထားပြီးနောက်လျှင်ရေသို့မဟုတ် imeetsrednyuyu
မြင့်သောမာကျောမှုကိုထိရောက်စွာကျန်ကြွင်းဆားရည်အိုင် washes ကြောင်း
kislotnyyopolaskivatel သုံးစွဲဖို့မေ့လျော့တော်မသငဲ့သည့်။ Takoyopolaskivatel
လွယ်ကူစွာအိမ်မှာလုပ်နိုင်ပါတယ်။ 1 stolovuyulozhku သံပုရာဖျော်ရည်သို့မဟုတ် cider
ရှုလကာရည်ကို ယူ. ရေ 1 လီတာနှင့်အတူရောမွှေပါ။

သို့ soothes နှင့်ယားယံခြင်းသက်သာ zhidkihsredstv
အနိမ့်အဆီများအသုံးပြုခြင်းနှင့်အတူဦးခေါင်းဖြည်းညှင်းနှိပ်နယ်။ Massazhnyhsredstv
သောကော့ဠု၊ မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောအဆီများပါဝင်သည်အရာ၊ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည် သူတို့
vyzvatrazdrazheniya နိုင်ပါတယ်။

သဌသညျပြင်းထန်ယားယံခြင်းနှင့်တင်းကျပ်စွာတစ်ခံစားမှုတွေ့ကြုံခံစားခဲ့လျှင်, vamsleduet အပူပုံစံအားလုံးကို devices များ (သံ, ဆံပင်အခြောက်ခံစက်များ, ရေခဲပြင်ဒိုးပစ်သံ, stylers) မှခဏစွန့်ခွာ။ ထိုကိရိယာများမှလာသောအပူ, ochensilno ဦးခေါင်းခန်းခြောက်။

သတ္တုနှင့်အတူဖွီးဆံပင်အသုံးပြုခြင်း iliplastikovoy သိသိသာသာထိခိုက်မခံတဲ့ဦးရေပြားထိခိုက်စေမှင်။ ထို့ကြောင့်အထူကသဘာဝ bristles နှင့်အတူပျော့ဖွီး sleduetobzavestis - အပြုသဘောသာသင့်ရဲဦးရေပြားပေါ်, ဒါပေမယ့်လည်းဆံပင်ပေါ် skazhetsyane ဖြစ်ပါတယ်။

အိမ်မှာဦးရေပြားပြဿနာတွေ schuvstvitelnoy ကုသမှု

သဌသညျမအိနဲ့ခြောက်သွေ့ kozhigolovy ရှိပါကသင်သည် 2-3 ကြိမ်တစ်ပတ်လျှင်အထူးမျက်နှာဖုံးများအသုံးပြုသင့်ပါတယ်။ တစ်ဦးက esliproblem ပေါ့ထုန်းပြီ, ထိုကဲ့သို့သောမျက်နှာဖုံးများကာကွယ်တားဆီးဖို့တစ်ခုတည်းအသုံးပြုခြင်းကို vnedelyu များအတွက်စံပြဖြစ်ကြသည်။

prostokvashidlya ထိခိုက်မခံတဲ့ဦးရေပြား၏မျက်နှာဖုံး

အထွေထွေစည်းမျဉ်းအဖြစ်, နို့ထွက်ပစ္စည်းများသို့ဒိန်ချဉ်၏ kozhu.Poetomu မျက်နှာဖုံးတစ်ခုချင်းချက်မဟုတ်ပါဘူး moisturize ။ ၎င်း၏ပြင်ဆင်မှု myberem ဒိန်ချဉ်အဘို့နှင့် 37 ဒီဂရီကအပူ, ပြီးတော့ကြီးမားတဲ့ kolichestvenanosim ဆံပင်၌တည်၏။ ကျနော်တို့အမိန့် sohraneniya tepla အတွက်ဦးခေါင်းခေါ်ပြုမြားစက္ကူနှင့်ထိပ်တန်း vyazhemtolstoe သုတ်ပဝါကိုဖုံးလွှမ်း။ မိနစ် 30 မျက်နှာဖုံးထားပါ။ တဖန်သုတ်ပဝါရွှေ့သောနောက်, ဤအိမ်မှုဝေယျာစက္ကူဦးရေပြားနှင့်ဆံကေသာဒိန်ချဉ်မှလျှောက်ထားသည်။ 3-5 မိနစ် pomoschyupaltsev ဦးခေါင်းနှင့်အတူ Massaging နှင့်ဒိန်ချဉ်ကိုချွတ်ဆေးကြောပါ။

အောက်ပါမျက်နှာဖုံးများကိုယုံကိုကိုယ်ကိုပြင်ဆင်ပါကတစ်နေ့လျှင်သုံးစွဲဖို့အကြံပြုသည်။

burdock, olivkovoemaslo နှင့်ကြက်ဥအနှစ်ကိုယူပါ။ ဤအမှုအလုံးစုံတို့ကိုသေချာစွာရောထွေးဖြစ်ပြီး nakozhu ဦးရေပြားနှင့်ဆံကေသာကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ အနာရောဂါငြိမ်းစရာ, moisturizing နှင့် vosstanovleniyakozhi ဘို့သံလွင် masloyavlyaetsya အလွန်အစွမ်းထက်တဲ့ကိရိယာတခုဖြစ်တယ်။ မျက်နှာဖုံးထို့နောက်သင်ပိုကောင်းကင်း၎င်း၏အကျိုးသက်ရောက်မှုကိုစုပ်ယူနှင့်မြှင့်တင်ရန် mask ကိုကူညီလိမ့်မည်ဟု golovupolotentsem ခြုံဖို့လိုအပ်ပါတယ်, အနည်းငယ်ပူနွေးဖြစ်သင့် Apply ။

ရေနံမျက်နှာဖုံး

သံလွင်ရေနံနှင့် burdock 1 ကိုယူ: 1 သူတို့ကိုတက်နွေး zatemslegka
နှင့်အရောအနှောဦးရေပြားနှင့်ဆံခြည်မှလျှောက်ထားတာဖြစ်ပါတယ်ချိတ်ဆက်ပါ။
polotentsaukutyvaem ဦးခေါင်းနှင့်တစ်နာရီအဘို့ချန်ခွင်း။
အချိန်ကိုခေါင်းလျှော်ရည်နဲ့ပူနွေးတဲ့ရေကိုချွတ်ဆေးကြောပါ masochkus အခါ။

Maskadlya sooth ထိခိုက်မခံတဲ့ဦးရေပြား

4 stolovyelozhki ဘုစပတ်သစ်သားအရွက်ကို ယူ. 300 ml ကိုရေနွေးလောင်း, 2 ဇအဘို့အ
rastvorotstaivatsya ထားတော်မူ၏။ ထိုအခါ nastoyv ဦးရေပြားပွတ်သပ်မှ filter
များနှင့်တစ်ဦးချင်းစီအဝတ်လျှော်ပြီးနောက်။

ပျားရည်မျက်နှာဖုံး

ပျားရည်နှင့်သံလွင်ဆီ 2 ကိုယူ: 1, နှင့် slegkapodogrevaem ရောမွေပါ။ နာရီ, ပဝါနှင့်အတူတက်ခြို့,
ဦးရေပြားမှ zatemsmyvaem လျှောက်လွှာတင်ခဲ့တယ်။

ဦးရေပြားနဲ့ဆက်စပ်သမျှသောပြဿနာများကိုအထူးသူတစ်ဦးဆရာဝန် - နာမကျန်း
prostodiskomfortny မဟုတ်, ဒီအထူးသဖြင့်ရောဂါ neobhodimodoverit trichologist ကုသခံနေရ -
နောက်ဆုံးအထိခိုက်မခံအသားအရေကြောင်းကို၎င်းအောက်မေ့!

ပူပြင်းတဲ့ထုပ်ပိုးပြီးဆံပင်



ဆံပင်နောက်ဆုံးမှာမှိုင်းဖြစ်လာလိမ့်မည်ဟုအတော်များများကအသိပေးစာ၊
အုပ်စုခွဲကြီးစွန်းနှင့်အတူအားနည်း။
သဌသညာက၎င်း၏ဟောင်းတဦးအစုများသတ်တိကြောင့်ရထွန်းလင်းဖို့လုပ်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်ဘာလဲ?
ပျက်စီးနေသောဆံပင်ပြုပြင်၊ များစွာသောကျွမ်းကျင်သူတွေကထုပ်လုပ်ဖို့အကြံပြုသည်။
အတော်ကြာရွေးချယ်စရာရှိပါတယ်။
သဌသညာအဆင်သင့်လုပ်ကိရိယာတွေကိုအသုံးပြုလို့သို့မဟုတ်အိမ်မှာထိုကဲ့သို့သောအရောအနှော
ကိုဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။
ထိုသို့သောလုပ်ထုံးလုပ်နည်းဆံပင်နှင့်ဦးရေပြားပေါ်မှာအလွန်အကျိုးရှိသောအကျိုးသက်ရောက်မှု
ဖြစ်ပါတယ်။
ဒါဟာအချက်အလက်များ၏အသီးအသီးအမျိုးအစားတစ်ဦးချင်းစီဆံပင်အရောအနှောဖြစ်ကြ၏ထု
ပ်ဘို့အဘယ်သူမျှမစကွဝဠာအရောအနှောမရှိကြောင်းမှတ်သားရပါမည်။ ထိုကဲ့သို့သော emulsions
ရွေးချယ်တဲ့အခါဆံပင်နှင့်ဦးရေပြားရဲ့ပြည်နယ်များကပဲ့ထိန်းရပါမည်။ လက်စထရော၊
လက်ဆီသင်သို့မဟုတ်အနှစ်၎င်းတို့၏ဖွဲ့စည်းမှုအတွက်ဆုံကြောင်းအာဟာရရောနှော၊ အပြင်၊
ရေနံနှင့်ဟင်းသီးဟင်းရွက်ခြံဖို့အများကြီးနည်းလမ်းရှိပါတယ်ရှိပါတယ်။

အခြေခံစည်းမျဉ်းများ

ဒါဟာဆံပင်စတိုးဆိုင်မှာဝယ်ယူနိုင်ပါသည်အားကောင်းလာစေရန်နှင့် restore ကို chtosredstva
အထက်တွင်ဖော်ပြခဲ့ပေမယ့်စည်းကမ်းအဖြစ်၊ သူတို့ကဈေးပေါမဟုတ်ခံခဲ့ရသည်။ ဒါဟာ
podobnuyusmes ကိုယ့်ကိုယ်ကိုကွဲပြားသည့်လျှင်ရဖို့အများကြီးဈေးသက်သာသည်။

အရောအနှော dlyavosstanovleniya
ခြောက်သွေ့ကြပ်ဆတ်ဆံပင်အုပ်စုခွဲကြီးစွန်းထိုကဲ့သို့သောစသည်တို့ကိုလာဗင်ဒါဆီ၊ Castor၊
သံလွင်၊ ပြောင်းဖူး၊ burdock၊ သကဲ့သို့အမျိုးမျိုးသောအဆီများကိုသုံးနေကြတယ်၊ အဆီဖြစ်ရမည်
based ဆံပင်အဆီပြန်နေလျှင်ကတည်းကအသုံးမ maslaprakticheski၊
ဒါကြောင့်ပိုလျှံအဆီလည်းမရှိ။ အဆိုပါအဆီပြန်သောဆံပင် smesidlya
များသောအားဖြင့်ပျားရည်နှင့်ကြက်ဥအနှစ်တို့ပါဝင်သည်။ အမိန့် chtobyukreplit
ဆံပင်နှင့်ဆံပင်ဆုံးရှုံးမှုကိုကာကွယ်ရန်၊ က osnoveproteinov
မှာအရောအနှောထုတ်လုပ်ရန်ဖြစ်နိုင်ခြေဖြစ်ပါတယ်။ အသုံးအများဆုံး komponentamivseh
ရောနှောဆံပင်ထုပ်ဆီကိုတွင်ပါရှိသောမရှိမဖြစ်လိုအပ်သောအဆီ၊ ပျားရည်၊ ဗီတာမင်တစ်ဦးက
Ilie ဖြစ်ကြသည်။

အားလုံးပူနှင့်အအေးမှ mozhnopodrazdelit ထုပ်။ ပိုပြီးကောင်းသော chemholodnye
ရောက်စေဖို့ပူဆံပင်။
အဆိုပါထုပ်လုပ်ထုံးလုပ်နည်းထွက်သယ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက်သေးငယ်တဲ့အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်သို့
akkuratnorazdelit ဆံပင်, ပြီးတော့စက်ဝိုင်းထဲမှာအရောအနှော vtirativ
ဦးရေပြားအနှိပ်၏သေးငယ်တဲ့ငွေပမာဏဖြစ်သင့်သည်။
အရောအနှောပျက်စီးသွားသောကြီးစွန်းမှအထူးသတိထားရမှာ, ဆံပင် vsyudlinu
မှလျှောက်ထားရပါမည်။ ဦးခေါင်း ilipaketom အထူးထုပ်ထုပ်, ပြီးတော့ပဝါသို့မဟုတ်ဦးခေါင်း
wear ဦးထုပ်ခြုံဖို့အရောအနှောလျှောက်ထားပြီးနောက် maksimalnogoeffekta အောင်မြင်ရန်ရန်။
ဦးရေပြားဆံပင်အဘို့အ Nailuchshegoprogreva သုံးနိုင်တယ်,
ဒါပေမယ့်ကျွန်တော်သတိထားပြီးပြုမူရပေမည်။

အရောအနှောလျှောက်ထားပြီးနောက်က 2 နာရီ 30 မိနစ်ကနေ nuzhno derzhat
နှင့်ပင်နေ့ချင်းညချင်းစွန့်ခွာ။ ငွေအရောအနှော proshestviipolozhennogo
အချိန်အားဖြင့်ချွတ်ဆေးကြောသင့်သည်။ အကောင်းဆုံးရွေးချယ်စရာကုသ်၏
podkislennyaispolzuyutsya ပန်းသီး cider ရှုလကာရည်သို့မဟုတ်သံပုရာဖျော်ရည်ကိုများအတွက်
dlyaetogo ဆေးဖက်ဝင်အပင်များပြုတ်ရည်သို့မဟုတ်အချဉ်ရေဖြစ်လိမ့်မည်။

ချက်ပြုတ်နည်းများ

ဗီတာမင်ထုပ်ပျက်စီးဆံပင်

ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန်ဒီလက်ဆီသင် emulsion, 10 က c အတူထက်ဝက်ပုလင်း smestipotrebuetnya ။
ကြက်ဆူပင်, 1 ကြက်ဥအနှစ်, 10 ဂရမ်။ tritizanola ။

ဒါဟာအရောအနှောအထူကိုက်ညီမှုဖြစ်နှင့်ပေါ့ပေါ့တန်တန်ဆွဲယူသင့်တယ်,
ရှိသမျှပါဝင်ပစ္စည်းများနှင့် dobavitgoryachuyu ရေရောနှောဖို့လိုအပ်ပေသည်။ နောက်ဆုံး,
သင့်ဆံပင်ကလျှောက်ထားရန်, သင်ကအထူးပြီးသို့မဟုတ်သွားတိုက်တံ starayazubnaya
လိုအပ်ပါတယ်။

အရောအနှောဆံပင်ဖို့လျှောက်ထားသောအခါဦးခေါင်းဒီကနွေးဖြစ်ရန်လိုအပ်ကြောင်း,
teplympolotentsem ခြုံသငူသည့်။ အရောအနှောခေါင်းပေါ်မှာထားသင့်ပါတယ် 1
နာရီထက်လျော့နည်းမဟုတ်ပါဘူး။ ရေနဲ့လျှော့တောသဖြင့်နောက်တော်သို့လိုက်နှင့်
kotoruyudobavlen သံပုရာဖျော်ရည်ထဲမှာရေနှင့်သင်၏ဆံပင်သုတ်ခြင်း။

ရေနံ-ကြက်ဥအရောအနှော

အဆိုပါကြက်ဥအနှစ် smesipotrebuyutsya 2 ကြက်ဥနဲ့ 4 ဇွန်းပြင်ဆင်ထားရန် နေကြာဆီ။
အနှစ်အနည်းငယ်ရေနံ add ပြိမ်၏လုပ်ငန်းစဉ်များတွင်သမားရိုးကျအမဲချိတ် slegkavzbit
လိုအပ်ပါတယ်။ ရေသွန်ဖို့အမြစ်ကနေဆံပင်ပေါ် Smesnanositsya, ထို့နောက်သင် igolovu
ပဝါခြုံနေတဲ့ Bun သို့သင့်ရဲ့ဆံပင်ဆွဲရန်လိုအပ်သည်။
ဒီအရောအနှောကိုခြောက်သွေ့သောဆံပင်ရှိသူတို့အဘို့အသုံးဝင်သောဖြစ်လိမ့်မည်။

လက်ဆီသင်နှင့်အတူအရောအနှော

Rybegozhira 5 ml, ကြက်ဆူပင်၏ 10 ml, 10 mlshampunya ဆံပင်, 1st
ကြက်ဥအနှစ်လိုအပ်ပါတယ်။ , ငါးရေနံနှင့် kastorovoemaslo
ရောထွေးနေတဲ့ရေချိုးခန်းမှာသူတို့ကိုအပူ,
ပြီးတော့ညင်ညင်သာသာဆံများ၏အမြစ်များမှာဦးခေါင်း၌ပွတ်သပ်မှ massage စေရန်,
တစ်ချိန်တည်းမှာဆံပင် Part သို့ခွဲခြားရပါမည်။ အရောအနှော vzyatshampun နှင့်နှစ်နှင့် 10
မိနစ်မွေ့ရမယ်လျှောက်ထားပြီးနောက်, ထို့နောက် 5 မိနစ်ဆံပင် iostavit ဖို့လျှောက်လွှာတင်ခဲ့တယ်။
ဆံပင်ရေနှင့်ဆေးကြောသင့်ကြောင်းပြီးနောက်။

ပျက်စီးနေသောဆံပင်အဘို့နှင့်ပျားရည်ကြက်သွန်နီကိုအခြေခံပြီးအရောအနှော

ဒါဟာအချိုးအစား bytodinakovymi သင့်ကြောင်းပြီးလျှင်ကြက်သွန်ယူရန်လိုအပ်သောဖြစ်ပါသည်,
နေကြာဆီ, 1 ကြက်ဥအနှစ်နှင့်ပျားရည်ကရောမွေ့ပါ။ ရရှိလာတဲ့အရောအနှောသင်၏ခေါင်းကို
teplympolotentsem ခြုံပြီးတော့, ဆံပင်ပေါ်တွင်တင်ခံခဲ့ရသည်။ 1-2
နာရီဆံပင်လျှော့တရေပြီးနောက်။

အဆီပြန်သောဆံပင်များအတွက်၏အခြေခံပေါ်မှာကြက်သွန်ဖြူအရောအနှော

သငှသညျ 1 Tsp လိုအပ်ပါလိမ့်မည် ပျားရည်, 2zheltka, 3 ကြက်သွန်ဖြူလေးညှင်းပွင့်, 3 ဇွန်း။ 1 ။
အဆီပြန်သောဆံပင်များအတွက်ခေါင်းလျှော်ရည်။ Nuzhnomelko ကြက်သွန်ဖြူဆန်ခါနှင့်ကြိတ်
pre ရပါမည်ဖြစ်သော, ပျားရည်နှင့်ကြက်ဥအနှစ်နှင့်အတူရောမွေ့ပါ။

ရရှိလာတဲ့အရောအနှော vlitshampun, ညင်ညင်သာသာနှိုးဆော်နှင့်စိုစွတ်သောဆံပင်ပေါ် ဖြန့်ဝေ။
အရ proshestvii30 မိနစ်ရေနှင့်အတူဆံပင်ဆေးကြောပါ။

ပူပြင်းပိုးထုပ်ပိုးပြီး

အဆိုပါပိုး၏အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်အဖြစ်အလှည့်ထဲမှာအမိုင်နိုအက်ဆစ်များနှင့်ပရိုတိန်းပါဝင်သော
အရာ peptides, ပိုးသုံးပြီးအသားအရေနှင့် zamedlyayetprotsess
အိုမင်းအပေါ်တစ်ဦးအကျိုးရှိသောသက်ရောက်မှုရှိပါတယ်အရေပြား golovy.Obertyvanie
များအတွက်အသုံးဝင်သောဖြစ်ကြ၏။

volosprimenyayut ပူပိုးထုပ်ပိုးပြီး restore ရန်။
ပူပြင်းပိုးတိုက်ပွဲတွေလည်းအသားအရေအိုမင်းနှင့်ဆံပင်နှင့်ဦးရေပြားကအရမ်း chastodobavlyayut
ပိုး Shampoo & များအတွက်ခရမ်းလွန်-filtra.Proizvoditeli
အလှကုန်ထုတ်ကုန်များ၏တစ်ဦးကြင်ကြင်နာနာအဖြစ်ပျက်စီးနေသောဆံပင်, ပိုးလုပ်ရပ်များ
restores ။

လက္ခဏာများ

လျှင်ပိုး nuzhnoprimenyat ခြံ့:

- ဆံပင်တောက်ပဆုံးရှုံးခဲ့ခြင်းနှင့်ကြွပ်ဆတ်ဖြစ်လာနေသည်;
- ဦးရေပြားပေါ်တွေ့ရှိရပါသည်ရှိပါတယ်;
- ဆံပင်၏အကြံပေးချက်များကြာပွတ်။

ထုပ်ပိုးပြီးအန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်မဟုတ်ပါဘူး, ဒါကြောင့်အားလုံးဆံပင်ပုံစံများကိုရန်အကြံပြုသည်။

လုပ်ထုံးလုပ်နည်း၏စည်းကမ်းများ

ဒါဟာလုပ်ထုံးလုပ်နည်းအကြာတွင် nego.Esli
သည်ဤစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေကိုလိုက်နာမဟုတ်ပြီးနောက် 3
ပတ်ကဆံပင်ဆိုးဆေးမတိုင်မီသို့မဟုတ် 3-4 ရက်နီးပါး nebudet ကိစ္စ၏ရလဒ်ထက်လိုအပ်သော
provoditne ဖြစ်ပါတယ်။

ဖြစ်စဉ်ကိုထုပ်:

ပိုးပရိုတိန်းပါဝင်သောခေါင်းလျှော်ရည်နှင့်သင်၏ဆံပင်လျှော်ခြင်း obertyvaniyasleduet မစတင်မီ,
ထို့နောက်ခြောက်သွေ့သောဆံပင် nuzhnonemnogo ။

ဆံပင် iprosusheny ကိုဆေးကြောနေသည်ပြီးတာနဲ့ထုပ်ကိုစတင်သုတ်သုတ်။
အဆိုပါပြီးလျှောက်ထားရမည်ဖြစ်သည် nemnogomesi ခန့် 30-40 မီလီဂရမ်တွင်,

ထို့နောက်ညင်ညင်သာသာပေမယ့်မပေးအမြစ် မှစ. , anemnogo ဆုတ်ခွာနေဆဲပင်ပြီး။
အရောအနှောတစ်ပုံစံတည်းလျှောက်ထားရပါမည်။ 5-7
မိနစ်များအတွက်ဆံပင်ပေါ်အရောအနှောလျှောက်ထားပြီးနောက် Nuzhnoostavit ။
မိမိခေါင်းကိုမဖုံးသင့်ပါတယ်။ အလိုရှိသောအချိန် Poproshestvii ဆံပင်ကောင်းစွာရေနှင့်ဆေး,
ပြီးတော့ပဝါနှင့်အတူ nemnogopodsushit ရမည်ဖြစ်သည်။

luchshegorezultata အောင်မြင်ရန်ရန်,
လုပ်ထုံးလုပ်နည်းပြီးနောက်ဆံပင်အပေါ်ထားရန်လိုအပ်ပေသည် "သွေးရည်ကြည် kozhigolovy
နှိပ်ခံခြင်းနှင့်ဆံပင်။ " ဤသည်သွေးရည်ကြည်ဆံပင်စိုစွတ်နှင့် 2minuty
ပြီးနောက်ရေနှင့်သုတ်ဖို့လျှောက်ထားရပါမည်။

ပိုးထုပ်အရေပြားအနည်းငယ်လာခြင်း mozhetspoyavitsya,
ဒါပေမယ့်ကြောက်တယ်ဖြစ်ပါဘူးသောအခါ, အလွန် bystroprohodit ပါပဲ။
အဆိုပါဓာတ်မတည်တံ့လာခြင်းယူမထားပါနဲ့။

စုစုပေါင်း prodolzhitelnostprotsedury ထုပ်နှင့် ပတ်သက်. 2 နာရီကြာပါတယ်။

အကျိုး

စည်းကမ်းနှင့်အမျှပိုး goryachegoobertyvaniya
လုပ်ထုံးလုပ်နည်းတိုင်းသုံးပတ်ထပ်ခါတလဲလဲဖြစ်ပါတယ်။

အဆိုပါကောက်ယူချက်ချင်းနီးပါး protseduryviden ၏အကျိုးသက်ရောက်မှု။
ဆံပင်အထဲတွင်ဇီဝဖြစ်တိုးတက်ကောင်းမွန်အောင်, ကျန်းမာသန်စွမ်းကျန်းမာအလင်းရောင်,
အရေပြား golovystanovitsya ရ။ ဒါဟာအရှေ့ဥရောပ,
တောင်အာဖရိက၏လုပ်ငန်းစဉ်မတိုင်မီသင်တန်းဦးလျှော့ပေါ့အနှိပ်, kotoryyochen
ကိုခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာအကျိုးရှိသောသက်ရောက်မှုကိုဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်ကြောင်းမှတ်သားရပါမည်။

ပူပြင်းတဲ့ထုပ်ပိုးပြီးပိုးအားနည်းခြင်းနှင့်ပျက်စီးဆံပင်အဘို့အခေါင်းလျှော်ရည်ကိုအသုံးပြုပြီး
mozhnosovmestno ။

ဆံပင်စောင့်ရှောက်မှုအလွှာပြုလုပ်ခြင်းပြီးနောက်



ဆံပင်၏ကျန်းမာရေးနှင့်အလှအပထိန်းသိမ်းအလှကုန်၏ယနေ့ဖွင့်မျိုးစုံနှင့်အတူအလွန်လွယ်ကူသည် - ကိုယ့်လက်ျာစောင့်ရှောက်မှုကိုရွေးချယ်ပါ။

အလွှာပြုလုပ်ခြင်းပြီးနောက်ဆံပင်စောင့်ရှောက်ပရော်ဖက်ရှင်နယ်မှန်ကန်သောနှင့်နှစ်လိုဖွယ်ဖြစ်ရပါမည်။

သို့သော်၍ tools များတစ်ခါတစ်ရံတွင်လိုအပ်သည်ဘယ်လောက်ကောင်းနေပါစေ၊ သင်ရတဲ့အရာတွေမဂ္ဂဇင်းများ၏အဖုံးများနှင့်အတူပြပွဲစီးပွားရေးလုပ်ငန်းကြယ်များကဲ့သို့ကြည့်ရှုရန်ခွင့်ပြုသည်အထူးတစ်ခုခု။

ကျနော်တို့သာလှပသောစီးသောသော့ခလောက်နှင့်အတူ၎င်းတို့၏ဆံပင်ပုံစံတွေမနာလိုနိုင်ပါသည်၊ သို့သော်ယခုအဘယ်သူမျှမအုပ်စုနှင့်အတူ cosmetology

ချောမွေ့ကျန်းမာဆံပင်အတွက်တိုးတက်မှုတွေကျေးဇူးတင်အဆုံးသတ် - နာမည်ကြီးတွေအဘို့၊ ဒါပေမယ့်လူတိုင်းအတွက်မဟုတ်တစ်ခုသာဖြစ်မှန်။

သင်ရုံဆံပင်၏အလွှာပြုလုပ်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်များတွင်တစ်ဦးအလှပြင်ဆိုင်ထံသို့လာရန်လိုအပ်သည်။

အများသောသူတို့ "အလွှာပြုလုပ်ခြင်းဆံပင်"

မှာထားသောစာပိုဒ်တို့များအနည်းဆုံးထူးဆန်းပုံရသည်၊ သို့သော်ပုံမှန်မဟုတ်သောဘာမှမရှိဘူးပါပဲ။

ဆံပင်လမိုင်းလုပ်ထုံးလုပ်နည်းကျွန်တော်တို့ကိုစက္ကူ laminating

ဟာအကျွမ်းတဝင်ရန်အလွန်ဆင်တူသည်။

ဒီအမိန့်ကိုတစ်ထုတ်ဝတ်ဆင်ကမပေးရန်၎င်း၏ရုပ်ဆင်းသဏ္ဌာန်ကိုထိန်းသိမ်းနိုင်ဖို့အတွက်ပြုသော အမှုဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်ဆံပင်အလွှာပြုလုပ်ခြင်းနှင့်အတူအောင်မြင်ရန်ကြိုးစားနေကြပါတယ်တူညီသောအကျိုးသက်ရောက်မှု။

ဆံပင်လမိုင်းလုပ်ထုံးလုပ်နည်းဆံပင်ရဲ့မျက်နှာပြင်ပေါ်မှာဆံပင်ရှူရန်ခွင့်ပြုသည်နှင့်တစ်ချိန်တည်းမှာပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုဆန့်ကျင်ကာကွယ်ပေးသည်ရာ microfilm, ပေါ်လာသောနိုင်အောင်, အထူးဖွဲ့စည်းမှုလျှောက်ထားရန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့သောလုပ်ထုံးလုပ်နည်းကစား, ဆံပင်ပြီးပြီးပြန်ပြန်တောက်ပချောမွေ့ဖြစ်လာ, သူတို့ရဲ့အသံအတိုးအကျယ်မှ 10 တိုးပွား - 15% ။ ဤကိစ္စတွင်ခုနှစ်, အလွှာပြုလုပ်ခြင်းကိုတိုက်ရိုက်အဘို့အဒါပေမယ့်လည်း curly ဆံပင်အဘို့မသာသင့်လျော်သည်ကိုသူတို့တောက်ပဖြစ်လာကျန်းမာတောက်ပရ။

ဆံပင်၏ဖွဲ့စည်းပုံမှာပိုမိုနီးကပ်စွာကြည့်ပါကအလွှာပြုလုပ်ခြင်းလုပ်ထုံးလုပ်နည်းဘို့လိုအပ်ကြောင်းကိုပိုပြီးရှင်းရှင်းလင်းလင်းဖြစ်လာသည်။ ဆံပင်အကြေးခွံနဲ့ဖုံးလွှမ်းနေတဲ့ကြိမ်လုံးရှိ၏။ ကျန်းမာတဲ့ဆံပင်များတွင်မဆိုပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုစမ်းသပ်ဖို့အချိန်ရှိခဲ့ဘဲ, တစ်ဦးချင်းစီကတခြားတွေနဲ့မျှတတအနီးကပ်ထိတွေ့ scales, ဒါပေမဲ့သူတို့အလွှာကိုစတင်အမျိုးမျိုးသောရှုံးသောအခါအချက်များ၏ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုအောက်, ဆံပင်မျက်နှာပြင်ကြမ်းတမ်းဖြစ်လာ, ကြီးစွန်းတိုင်အောင်ဖြတ်နေကြတယ်, ကာရလဒ်အတိုင်းရောင်ပြန်မျက်နှာပြင်ချိုးဖောက် - ဆံပင်ထွန်းလင်းမှတာတွေရပ်စဲ။ အလွှာပြုလုပ်ခြင်းဆံပင်မျက်နှာပြင်ချော, အအကြံပေးချက်များရပ်ရှင်တံဆိပ်ခတ်နေကြတယ်, အလွှာတစ်ဦးထက်ပို elastic ချောမွေ့မျက်နှာပြင်ကိုဖွဲ့စည်းခွင့်ပြု, snugly fit မှစတင်ထွန်းလင်းပေးသည်။

ဒါဟာလုံးဝအန္တရာယ်ဖြစ်ပါသည်ကြောင့်အလွှာပြုလုပ်ခြင်းပြီးနောက်ဆံပင်စောင့်ရှောက်မှုများအတွက်လုပ်ထုံးလုပ်နည်း, ဒါကြောင့်အကြိမ်ပေါင်းများစွာထပ်ခါတလဲလဲနိုင်ပါသည်။ တဦးတည်းအစိတ်အပိုင်းလမိုင်းအလေးချိန်သူတို့ကိုပြောင်းလွယ်ပြင်လွယ်ပေးခြင်း, ဆံပင်ကပိုတက်ကြွနှင့်တောက်ပကြည့်ရှုရန်ခွင့်ပြုသည်နှင့်ထိုကဲ့သို့သောကုပ်ခြစ်ခြင်းနှင့်ပင်လယ်ဆား, လေတိုက်သို့မဟုတ်နှင်းခဲ၏အကျိုးသက်ရောက်မှုများအနေဖြင့်ဆံပင်ကာကွယ်ပေးသည်အဖြစ်စက်မှုပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုခံတွန်းလှန်ရန်ကူညီပေးသည်ပေးသောပရိုတိန်းသည်။ ဆဲဆံပင်ရှူဖို့ခွင့်ပြုနေစဉ်ဆံပင်၏အပေါ်ယံပိုင်းရပ်ရှင်, အာဟာရနဲ့ဗီတာမင်အဖြစ်အစိုဓာတ်ကိုဆုံးရှုံးထွက်သောခတ်။ ယင်းအလွှာပြုလုပ်ခြင်း၏ဖွဲ့စည်းပုံလည်းကျန်နေတဲ့အချိန်ကြာမြင့်စွာဆံပင်မှာတည်ရှိပါတယ်ဖြစ်ကြောင်းအာဟာရပါဝင်သည်။

3 စုံကို -

ဆံပင်နှင့်လိုချင်သောအကျိုးသက်ရောက်မှုအလွှာပြုလုပ်ခြင်းလုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ၏ခြုံငုံအခြေအ

နေပေါ်မူတည်. 2 မှာလုပ်ဆောင်နိုင်တယ်။

ဒါ့အပြင်အလွှာပြုလုပ်ခြင်းအထူးသဖြင့်ပြင်ပမှသူတို့ကိုကာကွယ်ပေးရန်ဆံပင်ဖုံးလွှမ်း Cellulose ရုပ်ရှင်လျှောက်ထားပြီးအရောင်ခြယ်ပစ္စည်းကိုင်ထားပြီးနောက်လမိုင်းဖွဲ့စည်းမှုအဖြစ်၊ ဆံပင်ဆေးဆိုးအပြီးအကြံပြုသည်။ အနာဂတျမှာ၊ ဆံပင်ပထမဦးဆုံးအကာအကွယ်ရုပ်ရှင်ချွတ်ဆေးကြော၊ ပြီးတော့ဆေးထိုးခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ခြောက်ပတ်အတွင်းအဘို့၊ ရုပ်ရှင်ပျက်စီးသွားသောဆံပင်နှင့်အုပ်စုခွဲဂဟေဆက်ခြင်းနှင့် porosity အဆုံးသတ်ဖုံးလှမ်း။ လမိုင်းဆံပင်သူတို့ပင်သူမ၏ခြင်းမရှိဘဲအံ့ဩဖွယ်ကြည့်ရှုသော်လည်း၊ ဆံပင်လေမှုတ်စက် style သာ. ကောင်း၏။

ရှင်းရှင်းလင်းလင်းနဲ့ရောင်စုံ - အလွှာပြုလုပ်ခြင်းအများအပြားအမျိုးအစားများရှိနိုင်ပါသည်။ 25 မိနစ်၊ ပြီးတော့ချွတ်ဆေးကြော - ဒါဟာ 20

အတွင်းထိန်းသိမ်းထားသောဆံပင်အထူးဖွဲ့စည်းမှုမှလျှောက်ထားသည်။

အရောင်တစ်အလွှာပြုလုပ်ခြင်း ionic အစွန်းအထင်း technique ကိုတစ်ခုဖြစ်သည်:

အခြယ်ပစ္စည်းဖွဲ့စည်းမှုဟာအနုတ်လက္ခဏာတာဝန်ခံရှိပါတယ်၊ နှင့်ဆံပင်ကတည်းက -

အပြုသဘော၊ ထို့နောက်ရလဒ်အရှင်တည်ငြိမ်အပေါ်ယံပိုင်းခွင့်ပြု၊

တစ်ဦးချင်းစီကတခြားတစ်ဦးအားကြီးသောဆွဲဆောင်မှုဖြစ်ပါတယ်။ ဤကိစ္စတွင်ခုနစ်၊

ဆံပင်သာန်ထမ်းများ၏လိုအပ်သောအရေအတွက်ကယူပါ။

အဆိုပါချွတ်ဆေးကြောပါရုပ်ရှင်အပြီး 6 ပတ် - ဤလုပ်ထုံးလုပ်နည်း 4

နောက်မှာဖြစ်နိုင်ပါတယ်ပြန်လုပ်ပါ။

ဒီအလှပျံ့ထုံးလှပျံ့နည်းအဘယ်သူမျှမ contraindications

ရှိပြီးမည်သည့်အရှည်၏ဆံပင်ပေါ်နှင့်ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုမဆိုဒီဂရီနှင့်အတူရှိနိုင်ပါသည်။

ဒါဟာအထူးသဖြင့်အရောင်ကာလအတွင်းအကြီးအကျယ်လျော့ကျအကြောင်းမဲ့ဆံပင်အဘို့အကြံ ပြုသည်။

See also

ခြောက်သွေ့သောဆံပင်ရိုးရာကုစားဘို့ကုသမှု

•



သင့်ရဲ့ဆံပင်လှပကောင်းမွန်စွာဆောင်ဖို့အသွင်အပြင်ခွဲစောင့်ရှောက်ရန်၊
 သင်မှန်မှန်သူတို့ကိုဂရုစိုက်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။
 နေ့စဉ်အလှအယက်အတွက်ကျနော်တို့ဆံပင်လေ့မှတ်စက်၏အမြဲတမ်းအသုံးပြုမှုအနေဖြင့်ဆံပင်၊
 အရောင်၊ ကွဲပြားခြားနားသောပုံစံကိုသုံးသွေ့ခြောက်သည့်အချက်ကိုမှအာရုံစိုက်မရ၊
 ခွဲထွက်ဖို့စတင်။
 စည်းကမ်းအဖြစ်ကိုအလှကုန်ပစ္စည်းစက်မှုလုပ်ငန်းကမ်းလှမ်းသောရန်ပုံငွေများကိုသာအချိန်တို
 တောင်းတွဲကာလအတွက်ပြဿနာဖြေရှင်း။

ဒါခြောက်သွေ့သောဆံပင်ရိုးရာကုစား၏ကုသမှုကိုပိုမိုထိရောက်သော။
 သဌသဌကျန်းမာဆံပင်ကိုဆက်လက်ထိန်းသိမ်းထားဖို့လိုအပ်သမျှကိုသဘောသဘာဝပေးသည်
 မေ့မထားပါနဲ့။ သင့်ရဲ့ဆံပင်သွေ့ခြောက်လျှင်၊ သဌသဌအစာကိုစားသောအရာကိုအာရုံစိုက်။
 ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်သင့်ရဲ့စားပွဲခုံမှာမရှိသလောက်လတ်ဆတ်သောအသီးအနှံနှင့်ဟင်းသီးဟင်းရွက်
 များ၊ နို့ထွက်ပစ္စည်းများ၊ လတ်ဆတ်တဲ့ငါးပေါ်လာပါသည်။
 ထိုထုတ်ကုန်ဆံပင်၏အခြေအနေတိုးတက်ကောင်းမွန်အောင်၊
 အစားအသောက်များတွင်တွင်ထည့်သွင်းထားပါသည်။
 အသုံးဝင်သောအကြိမ်ပေါင်းများစွာတစ်နေ့ဦးရေပြား massage
 များနှင့်ဂရုတစိုက်ကွဲပြားခြားနားသောလမ်းညွှန်အတွက်ဆံပင်အနှိပ်ဖွီးဖွီးရန်။
 ဒါဟာသိသိသာသာဆံပင်ပိုပြီးအာဟာရ၊ အောက်ဆီဂျင်ထို့ကြောင့်ပိုကောင်းခံစားရရရှိသွားတဲ့၊
 အရေပြားအာဟာရပိုမိုကောင်းမွန်စေတယ်။
 သူတို့ပျက်စီးလွယ်ခြင်းနှင့်ကြွပ်ဆတ်ဖြစ်လာဒါဟာစိတ်တွင်ပူပြင်းခဲယဉ်းရေအလွန်ခြောက်သွေ့တဲ့
 ဆံပင်နဲ့နေ့စဉ်ဆံပင်လျှော်ထမ်းလိုအပ်သောဖြစ်ပါသည်၊ ဘောက်ပုံပေါ်ပါတယ်။
 ဆံပင်အားလုံး၎င်း၏အညစ်အကြေးနှင့်အတူရေကိုစုပ်ယူသည်အလွန်ကောင်းစွာဖြစ်တယ်၊
 ဒါကြောင့်ရေအာရုံစိုက်ဖို့ကအရေးကြီးတယ်၊ ဦးခေါင်းလျှော်ခြင်းအရာနှင့်အသုံးပြုမှုကြောင့် -
 ခေါင်းလျှော်ရည်၊ အေးစက်၊ မြက်ပင်။
 ဆံပင်ဆေးကြောဘို့ရေနွေး၊ t ကိုဖြစ်သင့်သည်။ ရန်။

ဆိုးဆိုးရွားရွားချွတ်ဆေးကြောသောမီးခိုးရောင်ပွင့်နှင့်ဖုံးလွှမ်း Shampoo & နှင့်ဆံပင်၏အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်သည်သောရေခွေး "စိုက်ခင်းလုပ်ကိုင်မည်"

ဆပ်ပြာအခြေစိုက်စခန်း။ ထို့အပြင်ခုနှစ်၊

သဌသညာခဲယဉ်းသည်သင်၏ခေါင်းကိုကိုလျှော်သောရေသည်မှန်လျှင်၊

သင်ကပျော့ပြောင်းသေချာပါစေ။ သင်ကကြွက်ကြွက်ဆူ၊

ဒါမှမဟုတ်မှန်ဖုတ်ဆော်ဒါထည့်သွင်းသုံးနီဗျ (1 နာရီ။ အယ်လ် 1 ဌ။ ရေ) ။

ခေါင်းလျှော်ရည်ဆံပင်သင့်ရဲ့အမျိုးအစားနှင့်အညီတင်းကြပ်စွာကိုရွေးချယ်ရပါမည်။ volume

ကိုဆံပင်ပေးသော Shampoo & အလွန်ခြောက်သွေ့တဲ့ဆံပင်ကြောင်း ကျေးဇူးပြု သတိပြုပါ။

သို့သော်ခြောက်သွေ့ကြွပ်ဆတ်ဆံပင်၏ပိုင်ရှင်များသာအာဟာရနှင့်အစိုဓာတ်ခေါင်းလျှော်ရည်ကို ရွေးချယ်သင့်ပါတယ်။

ဆပ်ပြာနှင့်သင်၏ဆံပင်မှာအားလုံးအကြံပြုသည်မဟုတ်လျှော် t ကို။ ရန်။ ဒါဟာပြင်းပြင်းထန်ထန်

degreasing နှင့်ဦးရေပြားကိုထုတ်ခန်းခြောက်နေပါတယ်။ ကတ္တရာစေး၊ ဆာလဖာ၊ ihtiolovaya:

အဆပ်ပြာတစ်ကုထုံးအေးလျင့်အဖြစ်အသုံးပြုသည့်အခါတစ်ဦးချင်းချက်သာအမှု၌ကိုဖန်ဆင်းနိုင်ပါ သည်။

သင့်ရဲ့ဆံပင်ခြောက်သွေ့ကြွပ်ဆတ်သည်ဆိုပါက၊

သူတို့ကကြက်ဥကိုလျှော်ရန်အလွန်အသုံးဝင်ပါသည်။ ခေါင်းလျှော်ရည်၏ပြင်ဆင်မှုအဘို့၊

နှစ်နှင့်အဖြူအနည်းငယ်ကိုရေနှင့်အတူကြာပွတ်။ ရေနှင့်အတူဆံပင်စိုစွတ်ဖို့၊

ကြက်ဥအမြှုပ်သို့သုနုးလောငျးနုငျသုမ၏ဦးခေါင်းမပါဆပ်ပြာသို့မဟုတ်ခေါင်းလျှော်ရည်ဆေး

ကြောပါ။ ဆံပင်ပြီးတော့နှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ်ရှာလကာရည်နှင့်အတူထို့နောက်ပူနွေး၊

စင်ကြယ်သောရေနှင့်အတူဆေးကြောခြင်းနှင့်နေသည်။

အပူပိုင်းဆံပင်ကုသမှုရိုးရာကုစားလည်းဆံပင်တိုးတက်မှုနှုန်းနှေးကွေးသောအုပ်စုခွဲကြီးစွန်းဖယ်ရှား

ပစ်တဲ့ရည်ရွယ်သည်။ ဒါကဆံပင်ကြာပွတ်သည်မဟုတ်၊ သူတို့က dandelion ၏ပြုတ်ရည်နှင့်ဆေး။

ဒါကြောင့်ဖြစ်စေခြင်းငှါ၊ မြေတပြင်လုံးစက်ရုံ၊ 1 tbsp ခုတ်ဖြတ်။ 1 ။

ပျိုးပင်ဆူပွက်ရေခွက်ကိုပြသနာတွေ။ အဆိုပါပြုတ်ရည်သာယာသောဖြစ်လာခဲ့သည်ပြီးတာနဲ့ - နွေး၊

သူတို့ကဆံပင်သုတ်ခြင်း။ ဒါကြောင့်တောက်ပနှင့်တောက်ပအောင်၊ ဆံပင်ခိုင်မာစေ။

အဝတ်လျှော်ပြီးနောက်အခြောက်အဆံပင်ကိုရှင်းလင်း၊

အထူးကြပ်မတ်လှုပ်ရှားမှုများကိုသတိနှင့်ကြဉ်ရှောင်တဲ့မျက်နှာသုတ်ပုဝါနှင့်အတူသူတို့ကိုချေ။

အပူပိုင်းဆံပင်သို့မဟုတ်မ၊ ကျွန်တော်တို့တစ်ဦးချင်းစီကိုယ်တိုင်ကဖြေရှင်း။

ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်ပါကမလွတ်ပါဘူးသောအခါအခွအေနမြှေးရှိပါတယ်။

ဒါပေမယ့်ကျနော်တို့သဘာဝကျကျခန်းခြောက်ဖို့ဆံပင်ပေးရတတ်နိုင်သမျှကြိုးစားပြီးရမည်ဖြစ်သ ည်။

ကြောင်းခြောက်သွေ့သောဆံပင်ပေးထား - ဒါကြောင့်ဖျားနာ, သူတို့ကုသရပါမည်, ထိုသို့သာ.
ကောင်း၏ - လူရဲနည်းလမ်းဆက်ဆံဖို့။ ဆံပင်၏ကုသမှုများအတွက်မျက်နှာဖုံးများနှင့် decoctions
အမျိုးမျိုးအသုံးပြုကြသည်။ ကောင်းပြီအာဟာရမျက်နှာဖုံးသက်သေပြချက်:
တစ်သေးငယ်တဲ့ကြက်သွန်နှင့်ပျားရည်တစ်လက်ဖက်ရည်ဇွန်း၏အသီးဖျော်ရည်နှင့်အတူ 1
ကြက်ဥရောထွေး။ နို့ကနိုက်ချွတ်ချွတ်အစိတ်အပိုင်းများနို့ဆော်နှင့်ဦးရေပြားသို့ဆံပင် damp
ဖို့မျက်နှာဖုံး, ကောင်းသောပွတ်သက်ဆိုင်ပါသည်။
ပလပ်စတစ်ထုပ်ပိုးပြီးနှင့်သင်၏ဦးခေါင်းအဖုံးဖုံးပြီးမျက်နှာသုတ်ပုဝါခြုံ။ 25 မိနစ်။
ကောင်းသောဆံပင်အသုံးပြုမှုတာဟာ revitalizes ။

1. ဘုစပတ်သစ်သား၏အရွက်နှင့်အလိဗနာဘူးသီးတန်းတူပမာဏသာရှိယူလိဗနာ၏ ။ Birch
ဘူးသီးနှင့်အရွက်, တစ် decoction,
ဒါပေမယ့်ရေပွက်ပွက်ဆူနေသော၏တဦးတည်းလီတာနှင့်အတူတစ်ဦး thermos
အတွက်ပြသနာတွေ 1 st တစ်အသံအတိုးအကျယ်, ။ အဆင်သင့် 2 chasa ဟင်းရည်ပြီးနောက်။
ဤသည် decoction
ဆံပင်၏အခြေအနေတိုးတက်ကောင်းမွန်ပေမယ့်လည်းသူတို့ရဲ့ကြီးထွားမှုကိုလှုံ့ဆော်,
အမြစ်ခိုင်မာစေမသာ။

2. ဆူးအရွက်၏တစ်ဦး decoction: ဆူးတစ်ခွက်ကို add, ရှာလကာရည်၏တူညီသောငွေပမာဏ (!
မဟုတ်အနှစ်သာရ)
နဲ့ရေ၏ထက်ဝက်တစ်လီတာရောထွေးကောင်းစွာကုန်တယ်နှင့်နာရီဝက်အဘို့အစဉ်မပြတ်နို့ဆော်,
အနိမ့်အပူကျော်ချက်ပြုတ်ထွက်ခွာမည်။ အဆိုပါဟင်းရည်,
အအေးတွေစစ်ထုတ်ဖို့အတွက်နှင့်ဦးရေပြားသို့ပွတ်သပ်ဖို့အခါ။

3. တစ်ဦးကမိခင်များ၏အရွက်၏ decoction - နှင့် - မိထွေး, ဆူးပင်ပေါက်၏ထို့အပြင်နှင့်အတူ:
တန်းတူပမာဏသာရှိကုန်တယ်ဟင်းသီးဟင်းရွက်ရောထွေး။ 2 tbsp ။ 1 ။ တစ်ဦး thermos
ထဲသို့အရောအနှောထည့်သွင်းခြင်းနှင့်ပွက်ပွက်ဆူနေသောရေ 0 င်, 5 လီတာကိုလောင်း။
shampooing မတိုင်မီ 3 နာရီ - ဒီ tool က 2 ချက်ပြုတ်ဖို့အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါတယ်။
ခြောက်သွေ့သောဆံပင်တိုက်ဖျက်ရေးအတွက်ရင်သပ်ရုံမောဖွယ်အကျိုးသက်ရောက်မှုကျွန်ုပ်တို့၏
အဘိုးအဘွားမှလာကိုနည်းလမ်းပေးသည်။ ဤသည် - ရေနံ compress ။ ကချက်ပြုတ်ဖို့သင်တစ်ဦး
burdock နှင့်မွှေးကြိုင်အဆီများ (လာဗင်ဒါ, IPAH-ylang, လိမ္မော်သီးယူနိုင်ပါသည်)
၏တဦးတည်းလိုအပ်ပါတယ်။ burdock ဆီတဇွန်းနှင့်မွှေးကြိုင်၏အနည်းငယ်ကျဆင်းမှုရောမွေ့ပါ။
နို့ကနိုက်ချွတ်ချွတ်ဆံပင်ရရှိသောအရောအနှောချောဆီ, နှင့်ဦးရေပြားသို့ပွတ်ပေးပါ။
စက္ကူသို့မဟုတ် polyethylene, ပြီးတော့ပူနွေးတဲ့ပုဝါချုံခေါင်းကိုပထမဦးဆုံးအလွှာခြုံ။ မိနစ် 30
ပြီးနောက်, ပုဝါကိုဖယ်ရှား, အခြားသော 10 မိနစ်ဖွဲ့စည်းမှုဖြင့်ကိုင်ထားပါ။

သဌသညျပုံမှန်လုပ်ပေးအဖြစ်ထို့နောက်သင့်ရဲ့ဦးခေါင်းဆေးကြောပါ။ 2 - 3 applications
များကဲ့သို့သောအမျိုးသားရေး compress,
သင့်ခြောက်သွေ့သောဆံပင်၏ပြည်နယ်သိသိသာသာတိုးတက်လာသည်။

ဆံပင်မျက်နှာဖုံး restore ပြန်, အိမ်လုပ်ချက်ပြုတ်နည်းများ



ဆံပင်မျက်နှာဖုံးများ restore

ပြန်ချက်ပြုတ်နည်း။ဆံပင်မျက်နှာဖုံးများများအတွက်အိမ်လုပ်ချက်ပြုတ်နည်းများဆံပင်စောင့်ရှောက်မှုအဘို့အစဉ်အလာရိုးရာကုစားပိုနှစ်သက်သူကိုဖက်ရှင်နှင့်အတူအမြဲလူကြိုက်များကြသည်။

နှင့်မှန်ကန်စွာသူတို့အလွန်ထိရောက်နှင့်ထိရောက်သောကြောင့်, ဒါ။

အသုံးအများဆုံးယနေ့မိန်းမတကာတို့ထက် -

ငါတို့သည်ငါတို့၏ဆောင်းပါးထဲမှာကိုဆက်ကပ်ကြောင်းပွချလညျထူထောငျဆံပင်မျက်နှာဖုံးချက်ပြုတ်နည်းများ။

အဘယ်အရာကိုရှည်ရှည်ဇိမ်ခံဆံပင်နှင့်အတူအမျိုးသမီးတစ်ဦးထက်ပိုလှပသောဖြစ်နိုင်မည်နည်း

ဒါကလှပသောဆံပင်မကြာခဏယောက်ျားရဲ့မျက်လုံးတွေကိုဆွဲဆောင်။ ကောင်းစွာ-ဆောင်ဖို့,

ပျော့ပျောင်းနှင့်တောက်ပဆံပင်နှင့်အတူအမျိုးသမီးတစ်ဦးပဲရုပ်ဆိုးမဖြစ်နိုင်ပါ။

ဆံပင်အဘို့ပြည်တွင်းမျက်နှာဖုံးများ၏အသုံးပြုမှုများ၏အကျိုးသက်ရောက်မှုတခါတရံအားလုံးမျှော်လင့်ချက်များကိုကျော်လွန်နေပါသည်။

အဓိကအရာစနစ်တကျပြင်ဆင်လျှောက်ထားဖို့ဘယ်လိုလေ့လာသင်ယူဖို့ဖြစ်ပါတယ်။

အဆင်ပြေများနှင့်လျင်မြန်စွာသင့်ရဲ့ဆံပင်ပေါ်မှာမျက်နှာဖုံးဝတ်ကိုအောက်ပါအတိုင်းဖြစ်နိုင်သည်လက်ဝဲလက်ချုပ်ကိုင်ထားသည့် strands နှင့်လက်ျာဖြီးတစ်ဝါဂွမ်း swab သို့မဟုတ်နှုတ်ဆက်စကားမှာလက်နှင့်အတူမျက်နှာဖုံးသက်ဆိုင်ပါသည်။
သင်ပထမဦးဆုံးတစ်ခုလုံးကိုဦးရေပြားမျက်နှာဖုံးကိုဖုံးလွှမ်း၊
သာထို့နောက်သူမ၏ဆံပင်လူးသဌာသည့်။ တစ်ဦး Bun အတွက်စုဆောင်းဆံပင်၏အဆင်ပြေဘို့၊
ပလပ်စတစ်ထုပ်ပိုးပြီးများနှင့်တစ်ဦးသုတ်ပဝါသို့မဟုတ်ပူနွေးလာဦးထုပ်ထိပ်ပေါ်တွင်တင်နှင့်အတူ
ကိုဖုံးလွှမ်း။

ဒါဟာနွေးမျက်နှာဖုံး restore ပြန်ကိုစောင့်ရှောက်ရန်လိုအပ်သောဖြစ်ပါသည်၊
ထို့ကြောင့်၎င်း၏အကျိုးသက်ရောက်မှုကပိုသိသာပါလိမ့်မည်။ ဒီလိုလုပ်ဖို့၊ အခြံမျှမှမျှ၊
ဘက်ထရီပေါ်တွင်မျက်နှာသုတ်ပုဝါအပူ။

mask ဆံပင်အပေါ် မိနစ် 30 ထက်မနည်းအများအားဖြင့်ကိုင်ထားပါ။
သင်ကရန်မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောရေနံ add ပါလျှင် - 2 နာရီကြာမှတက်၊
နှင့်အချို့သောမိန်းမတို့သည်ညဉ့်အခါများနှင့်နံနက်ယံ၌မျက်နှာဖုံးစွန့်ခွာဦးခေါင်းဆေးကြောပါ။

မျက်နှာဖုံးများလျှော့ချအိမ်လုပ်ချက်ပြုတ်နည်းများ

ကြက်ငှက်ဥအနှစ်

မာကု 2 ကြက်သားအနှစ်နဲ့ 1 ဇွန်းသူတို့နှင့်အတူရောထွေး ကြက်ဆူပင်။
ခေါင်းလျှော်ရည်သုတ်ပြီးတော့ 2 နာရီများအတွက်မျက်နှာဖုံး Apply ။



ဆီ

1 tbsp ယူပါ။ 1။ Castor, ပင်လယ် buckthorn, burdock ရေနံ။

ထို့နောက်ခေါင်းလျှော်ရည်သုတ်ခြင်း၊ အီး 2 နာရီပေါ်မှမျက်နှာဖုံး Apply တစ်မိတာမင် A
၏အဆီပြန်ဖြေရှင်းချက်၏အရောအနှောများနှင့်မိတာမင်မှ dropwise ထည့်ပါ။



အနာရောဂါငြိမ်းစရာ

မာကု 3 ဇွန်း ပင်လယ် buckthorn ရေနံ, 1st ထည့်ပါ။ 1။ Dimexidum ။ 2
နာရီထို့နောက်ခေါင်းလျှော်ရည်သုတ် mask ကိုကိုင်ထားပါ။

ဆံပင်တိုးတက်မှုနှင့်ပွန့်လည်ထူထောင်ချော့မျက်နှာဖုံးများ

(ထိုလူ - "ငရုတ်ကောင်းဗောဒိကာ") Cayenne ငရုတ်ကောင်း၏ tincture - ဆံပင်ကြီးထွားမှု၊
ဖြစ်ကောင်းအထိရောက်ဆုံးဆေးတစ်လက်လှုံ့ဆော်ရန်။

ဒါဟာဆံပင်သိသိသာသာထူပြီးပိုသာယာလှပတဲ့အောင်, ဆံပင် follicles

အားကောင်းလာစေရန်ကြောင့်ဗီတာမင်တွေအများကြီးပါရှိသည်။

လြှံကခေါင်းကိုဖို့သွေးစီးဆင်းမှုကိုခွင့်ပြုတဲ့ပူနွေးလာမှုအကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပါတယ်၊
ဒါကြောင့်ဆံပင်၏တိုးတက်မှုပိုကောင်းစေပါတယ်။



တစ်လသို့မဟုတ်ကြာကြာအဘို့အဦးခေါင်း 2-3 ကြိမ်တစ်ပါတ်ဆေးကြောဖို့မတိုင်မီ 2 နာရီများအတွက်ဆံပင်ပေါ်မှာထည့်သွင်းဖို့လုံလောက်တဲ့ - ဆံပင်သင်သည် Cayenne ငရုတ်ကောင်း (ဆေးဆိုင်သို့မဟုတ် home) ၏ tincture ကိုသုံးနိုင်သည်၊ လျင်မြန်စွာကြီးထွားစပြုလာသည်။ 5 (1 တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း tincture နှင့် 5 အစိတ်အပိုင်းများရေ): အကယ်. tincture ရေ, သိသိသာသာတိုးမြှင့် "ကိုမီးရှို့" အများဆုံး "အစွန်းရောက်" ၏အကျိုးသက်ရောက်မှု 1 များ၏အချိုးအစားနှင့်အတူရော။ ဒါဟာအိမ်မှာဝယ်ယူသို့မဟုတ်လုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဒီအဆုံး, ဗောဒ်ကာတစ်ပုလင်း 5-6 ငရုတ်ကောင်းပစ်ရန်နှင့်မှောင်မိုက်အရပ်၌ 2 ပတ်အပြင်းအထန်တောင်းဆို။

buckthorn, burdock, Castor: Cayenne ငရုတ်ကောင်း၏ Tincture ဆီနှင့်ရောနိုင်ပါတယ်။
ဒါကြောင့်အကျိုးသက်ရောက်မှုနှစ်ဆဖြစ်လိမ့်မည်:
ဆံပင်ပိုမြန်ကြီးထွားနှင့်ပိုပြီးကျန်းမာတောက်ပဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

နောက်ထပ်ကြိုးစားခဲ့ခြင်းနှင့်ဆံပင်ကြီးထွားမှုအတွက်အတော်လေး "အစွန်းရောက်" အိမ်စာရွက် - အရက်မျက်နှာဖုံး။ ဒါဟာကြက်ဆူပင်နဲ့ 1 အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအမိုးနီးယား၏ဖလားကို 2 အစိတ်အပိုင်းများအတွက်ရောနှောခြင်းနှင့်အတွင်းပိုင်းအရောအနှောအဖြူအထိထိုကဲ့သို့သောအချိန်အထိဖလားကိုလှုပ်ရပါမည်။

ထိုအခါနှစ်နာရီများအတွက်ဦးရေပြားပေါ်မှာလျှောက်ထားခြင်းနှင့်ခေါင်းလျှော်ရည်နှင့်အတူသုတ်ခြင်း။ 5 ကြိမ်တစ်နေ့လျှင်ပြန်လုပ်၊
ထို့နောက်နို့ထွက်ပစ္စည်းများအနေဖြင့်ဆံပင်မျက်နှာဖုံးများအသုံးပြုနိုင်သည့်အချိန်ကာလအတွင်းနှစ်ပတ်အတွင်း၊ တစ်ချိုးယူပါ။ နှစ်ပတ်အကြာတွင်နောက်တစ်ကြိမ်တစ်မျက်နှာဖုံး 5 ကြိမ်တစ်နေ့လျှင်ပါစေ။

ထိုသို့သောရှည်လှပထုံးလှပနည်းတိုင်း 3 လလုပ်ဆောင်နိုင်တယ်။
သူတို့ကဆံပင်ရုံအလွန်လျင်မြန်စွာကြီးထွားလာဆိုသည့်ကား၊

တိုတောင်းသောခုနှစ်တွင်သမျှကိုသင်မျက်နှာဖုံးများသင့်ရဲ့ဆံပင်ဖို့လျှောက်ထားကြသည်မဟုတ် restore ပြန်နေကြတယ်၊ ဒါကြောင့်အားလုံးအကျိုးရှိမှာဖြစ်တယ်။
အချိန်ကနေဆံပင်သို့မဟုတ်ဘရူရဲ့တဆေးဘို့ဗီတာမင်ယူဖို့အချိန်အပြင်လျှင်၊
ဆံပင်နှင့်အတူပြဿနာများကိုသင်ရုံပေါ့ပေါ့ကျကြပါဘူး။
သင့်ရဲ့ဆံပင်ဂရုစိုက်ပါနဲ့လှပတဲ့စေသတည်း

See also

ဆံပင် Chamomile: ရှင်းလင်းချက်နှင့်ကုသမှု



ရှည်လျားတစ် daisy ထည့်သွင်းစဉ်းစားခဲ့တာနှင့်အတူဆံပင်ပေါ်အံ့ဩစရာကသဘာဝဆိုးဆေး။
အလင်းဆံပင်၎င်း၏အသုံးပြုမှုနှင့်အတူထွန်းလင်းတောက်ပခြင်းနှင့်မှောင်မိုက်သည်။

Vromashke ထိုကဲ့သို့သောဗီတာမင်၊ resins၊ မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောအဆီ၊ ဆိုးဆေးများ mineralyi
အဖြစ်ဆံပင် sposobstvuyutukreplenyu

နှင့်နို့တိုက်ကျွေးမှုကြောင့်အများအပြားမှာသဘာဝဝတ္ထုများ၊ ပါရှိသည်။
သူတို့ကဆံပင်၏အခြေအနေအပေါ်အကောင်းတစ်ဦးအကျိုးသက်ရောက်မသာရှိသည်၊ ဒါပေမယ့်
INA အရေပြား၊ soothing, အရောင်ချွတ်, က disinfecting နှင့် moisturizing နှင့်
uluchshayutkrovoobraschenie ။ chamomile ကျယ်ပြန့် proizvodstvekosmetiki
အတွက်အသုံးပြုသည်ဒါကြောင့်ပါပဲ။

ထိုကဲ့သို့သောရောမ chamomile, chamomile, pahuchayaromashka တစ်ဦး curative
အကျိုးသက်ရောက်မှုကွဲစားအားထုတုနိဗ္ဗာန်အဖြစ် chamomile ၏ Nekotoryeiz မျိုးပေါင်း။
ဆေးဆိုင်နှင့်မွေး chamomile နေရာတိုင်း naytiprakticheski နိုင်ငံမယ်ဆိုရင်အချင်းချင်း
dostatochnopohozhi ၏အထက်ဖော်ပြပါအမျိုးအစားများ၊ သို့သော်, ရောမ chamomile
ဥရောပတိုက်တွင်အဓိကအားဖြင့်ကြီးထွားလာနှင့် nasee အတွက်သာအခရိုင်းတုဥတော့နိဗ္ဗာန်ပါသည်။
chamomile ဒီလိုတစ်စက္ကန့်နာမကိုအမှီရှိပါတယ် "ရောမ chamomile ။ "
ဒါဟာလုံးဝစိတ်ချရကတည်းကဒီအပင်တစ်ပင်ပင် grudnyhdetey
၏ကုသမှုများအတွက်အသုံးပြုရန်အတွက်အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်မဟုတ်ပါဘူး။

Dlyaosvetleniya ဆံပင် chamomile ခြောက်သွေ့လတ်ဆတ်တဲ့နှစ်ဦးစလုံးအတွက်အသုံးပြုသည်။
Effektot ကင်း၏လျှောက်လွှာက navolosy ပြုမူရသောကာလအတွင်းအချိန်ပေါ်မူတည်လျက်,
တာဟာနှင့် decoctions အတွက်အာရုံစူးစိုက်မှု။ Chamomile သူတို့အပြင်ယင်း၏အခြေခံ
mozhnona, တောက်ပနှင့်ခိုင်ခံ့သောဖြစ်နဲ့ဆံပင်မျက်နှာဖုံးများကိုပြုလိမ့်မည်ဒီကနေဆံပင်
tolkoopolaskivat လို့မရပါဘူး။ chamomile သုံးပြီး Aosvetlit
ဆံပင်တဦးတည်းမှသုံးတန်ချိန်နိုင်ပါတယ်။

ပေါ့ဆံပင် chamomile

ဆံပင်ပေါ့chamomile တစ် decoction

လန်းဆန်းသည်နှင့်မီးခိုးရောင်ဆံပင်ဖုံးကွယ်ဖို့သူတို့ကိုကူညီပေးသည်ကြောင်း -
ကြောင့်သူတို့ကိုဆံပင်ရွှေရောင်ဆံပင်အဘို့ရွှေအရောင်, ပေးသည်ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့
Dlyasvetlyh ဆံပင် chamomile ဟင်းရည်အသုံးဝင်သည်။ egoprigotovit chamomile vlitre
ရေနစ်မျိုးနှစ်စွန်းပြုတ်ဖို့ငါးမိနစ်အတွင်းဖြစ်သင့်ရန်,
ထို့နောက်အအေးနှင့်အစစ်ထုတ်ဖို့အတွက်ထားခဲ့။ အဲဒီအရောင် boleeintensivnym
တစ်နာရီ၏လေးပုံတပုံအကြောင်းကိုအနည်းငယ်ပိုရှည်လျော့နည်းရေနှင့်ပိုပြီး chamomile ယူ
ပြုတ်သင့်ပါတယ်ဖြစ်နိုင်သောဖြစ်ခဲ့သည်။ အဆိုပါ decoction

အဆိုအရဆံပင်ဆေးသို့မဟုတ်တတ်နိုင်သမျှငွေရတတ်ခြင်းဟာသူတို့ရဲ့အရိပ်၏တစ်ခုလုံးကိုအရှည် smachivatih ရပါမည်။

Takzhemozhno, chamomile

နှစ်ခုစွန်းနှင့်အတူတစ်အိတ်ယူနာရီဝက်အဘို့တယောက်တည်းကျန်ရစ်သောရေပွက်ပွက်ဆူနေသော ထဲမှာထားပါ။ ဤသည်ပြုတ်ရည်ဆံပင် poslepomyvki သုတ်ခြင်း၊ ပြီးတော့သူ့ကိုယ်သူအခြောက်မှခွင့်ပြုသင့်ပါတယ်။

Dostatochnokrepky ဟင်းရည်အတွက်ဟင်းရည်တွေနဲ့ -Is ပင်ဆံပင် iznachalnochernye နှင့်ဟင်းရည်သတို့သမီးကို အသုံးပြု လျှင်, သူတို့ရဲ့ဆံပင်ကိုရွှေချပါလိမ့်မည်, တစ်ဦးကြေးနီအရိပ်အောင်မြင်ရန်ကူညီပေးသည်အလင်းဆံပင်သည်ထက်နှစ်ဆခန့် bolshetsvetkov chamomile အတွက်အသုံးပြုရပါမည်။

Rosemary iromashkoy နှင့်အတူဆံပင်ပေါ် Tincture

Dlyasvetlyh ဆံပင်တစ်ဦး tincture, Rosemary နဲ့ chamomile စေနိုင်သည်။ Poodnoy နှစ်ဦးစလုံး၏တစ်စွန်းကိုယူဖို့လိုတယ်, ဗောဒ်ကာနှင့်မလျော့နည်း dvuhnedel တစ်ဖန်လောင်းက periodicheskivstryahivaya တစ်ခုဒီလိုပါပဲပုလင်းထဲမှာမှောင်မိုက်ခြင်းနှင့်နွေးထွေးသောအရပ်ဌာန၌အပြင်းအထန်တောင်းဆို။ အချော tincture cheesecloth နှင့်သန့်ရှင်းတဲ့ပုလင်းကိုချသိမ်းဆည်းထားမျက်နှာကနေတဆင့်စစ်ထုတ်ဖို့အတွက်သင့်ပါတယ်။ Tincture တစ်ပါတ်တစ်ကြိမ် rezhedvuh မဟုတ်ဦးရေပြားကုသရပါမည်။

pokraskivolos ဘို့ဆူးနှင့် chamomile နှင့်အတူဟင်းရည်

ဆံပင်ပေါ့ဖို့ဒီဇိုင်းပြုတ်ရည်လက်ဖက်ရည်, သင်သည်အခြားအစိတ်အပိုင်းများကိုမဖြစ်စေ pomoschirazlichnyh နိုင်ပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့်, ဆူးပင်ပေါက်များနှင့် sotsvetiyromashki ၏စာသိုလှောင်တစ် decoction ပေါ့, ဒါပေမယ့်လည်းဆံပင်ခိုင်မာစေရန်သာအခွင့်အလမ်းပေးပါလိမ့်မယ်။ Sleduetvzyat ဇွန်းအမြစ်များနှင့် inflorescences, အနိမ့်အပူကျော် desyatiminut အနာစိမ်းအကြောင်းကိုရေလီတာ, လောင်း, ပြီးတော့ data တွေကိုတလျှောက်လုံး otvaromvolosy အအေးနှင့်အငယ်ဖို့ခွင့်ပြုခဲ့ပါသည်။ ထိုနောက်မှသင်တစ်ဦးလက်ကိုင်ပဝါခေါင်းကိုကြိုးနဲ့တုတ်များနှင့်တစ်ဦးတည်းထက်ဝက်ခန့်တစ်ခု EEB စွန့်ခွာသင့်ပါတယ်။ 1: ဆံပင်ခြောက်သွေ့သည်နှင့်တပြိုင်နက်, သူတို့က 1

အချိုးမှာရေနှင့်အတူက diluting, chamomile ၏ pripomoschi အနှစ်သာရငယ်သဍ္ဌာသဍ္ဌာ။
နောက်တကြိမ် opolosnutvolosy data

တွေကိုထုတ်ယူတစ်နာရီအကြောင်းကိုဖြစ်သင့်ပဲကိုယ့်ကိုကိုယ် imvysohnut ပေးပါ။

ဒါအပြင်အစားဆူးစာသိုလှောင်ခွင့် ispolzovatlistya ပညာရှိများ၏။

chamomile နှင့် perekisyuvodoroda နှင့်အတူဆံပင်ပေါ်ပြုတ်ရည်

ဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုင်ကဆက်ပြောသည်သောရန် Mozhnoprimenyat chamomile

လက်ဖက်ရည်။ chamomile nuzhnozalit ၏ဤရည်ရွယ်ချက် 150 ဂရမ်ဗောဒ်ကာ 500 ml

ကိုများအတွက်နှစ်ပတ်အတွင်း 50 လောက် mlperekisi ပြုတ်ရည် data တွေကို add နှင့်ဆံပင်ပေါ်၊
ယိုစီးမှုအပြင်းအထန်တောင်းဆို။

မီးခိုးရောင်ဆံပင်ဆေးထိုးခြင်းနိုင်ခဲ့ Dostatochnokrepky ပြုတ်ရည်။ ဒီလိုလုပ်ဖို့၊ သင် chamomile

၏အကြောင်းကိုအစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအဘို့အသုံးပိုင်းရေသုံးပြီး vtermose chamomile

ပြုတ်ဖို့လိုတယ်။ Nastaivatnuzhno

အဆိုပါပြုတ်ရည်ထိုကဲ့သို့သောသမားရိုးကျဆေးဆိုးမှာကဲ့သို့ဆံပင် zheobrazom

မှလျှောက်ထားသောပြီးနောက်လေးနာရီခန့်။ ဦးခေါင်း၊

ရုပ်ရှင်ကိုဖုံးလွှမ်းနေတဲ့မျက်နှာသုတ်ပုဝါနှင့်အတူကိုဖုံးလွှမ်းခြင်းနှင့်တစ်နာရီကဲ့သို့ထိုင်သင့်ပါတယ်။

အဆိုပါဆိုးဆေး-based chamomile နှင့်ဗောဒ်ကာ

Dlyadannogo ဆိုးဆေး chamomile 200 ဂရမ်ဗောဒ်ကာ 400 ml ကိုသွန်းလောင်းနှင့် nanedelyu

ထားခဲ့ပါဖြစ်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ ထိုအခါကို 100 grammhny program

ရန်နှင့်ပြုတ်ရည်ကိုထည့်သွင်းဖို့အေးမြနှစ်နာရီအဘို့ချန်ခြင်း၊ 300 ml

ကိုရေနွေးလောင်းသင့်ပါတယ်။ ဒီပြီးနောက်၊ ပြုတ်ရည်နှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ်ဆံပင်စိုစွတ်နှင့်

ပတ်သက်. 40 မိနစ်စောင့်ရှောက်နောက်ထပ် dvenedeli

များအတွက်တယောက်တည်းကျန်ရစ်သောရပါမည်။ သမားရိုးကျခေါင်းလျှော်ရည်ကိုအသုံးပြုပြီး

sleduetvse ဂြုဉ်းဝေရဲ့အဆုံးမှာ။

လုပ်ပေးဖို့နှင့်အတူဆံပင်ကုသမှု

ဆံပင်ခိုင်မာစေရန် chamomile အပေါ်အခြေခံပြီးမျက်နှာဖုံး

Esliu ခြောက်သွေ့ဆံပင်ရွှေရောင်ဆံပင်ရှိသည်, သူတို့ 1-2

ကြိမ်တစ်ပါတ်လျှောက်ထားသောအခြေခံ romashkılanolina

အပေါ်မျက်နှာဖုံးကိုခိုင်းစေနိုင်ပါတယ်။ သငျသညျတစ်ဝက်တစ် lanolin ၏ခွက်, chamomile ပန်း

dvestolovyh ဇွန်းနှင့်ရေပူတစ်ခွက်လိုအပ်ပါတယ်။ Camomile zalitkipyatkom

နှင့်တစ်နာရီခန့်အဘို့မသွားအောင်လိုအပ်ပါတယ်။ strain, lanolin နှင့်အပူ navodyanoy

ရေချိုးနှင့်အတူရောမွှေပါ။ ထိုခဏခြင်းတွင်တစ်ဖန်အိုးတလုံးထဲသို့သွန်းလောင်းပြီးနောက်,

အရေပြားနှင့်ဆံပင်ပေါ်inanesti အအေးခွင့်ပြုပါ။ တဆယ်မိနစ်အပေါ်ချန်ထားပါ။

နှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ် pomoschishampunya နှင့်အတူဆေးကြောပါ။

ကြိုတင်လျှောက်လွှာမှအပူအေးမြသောနေရာတွင် Store ကိုအရောအနှော။

ဆံပင်ကျွတ်ခြင်းနှင့်ဘောက်ဆန့်ကျင် Chamomile

Borotsyas ဆံပင်ကျွတ်ဒီရောစပ်စေသည်: သံလွင်ဆီ၏ 0.5 လက်ဖက်ရည်ဇွန်း,

ကုန်ကြမ်းကြက်ဥအနှစ်, chamomile ၏မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောရေနံ၏ 5 ပေါက်။

အရောအနှောဦးခေါင်းရေချိုးမတိုင်မီနာရီဝက်အဘို့အနည်းဆုံးတစ်ကြိမ်တစ်ပါတ်အတွက်

kornivolos သို့ပွတ်ရပါမည်။

ဖက်တီးဆံပင်ဆန့်ကျင် Camomile လက်ဖက်ရည်

Esliu ထို့နောက် 1 တစ်အချိုးအတွက် 70% အရက်သို့မဟုတ်မွှေးကိုအတူ chamomile ပြုတ်ရည်

prigotovitkrepy နိုငျသညျ, အဆီအနေဖြင့်ဦးရေပြားနှင့်ဆံကေသာသန့်ရှင်းရေးဖို့လိုအပ်: 1. ဒီ

tool ကတစ်ရက် protiratgolovu အတွက်ဝါဂွမ်း swab ကို အသုံးပြု. ရပါမည်။

ဆံပင်မျက်နှာဖုံး,

ဆံပင်ကျွတ်ခြင်းနှင့်ဆံပင်လုပ်သူများ



ကျွန်တော်တို့ရဲ့ဆောင်းပါးထဲမှာ "ဆံပင်မျက်နှာဖုံး၊

ဆံပင်ကျွတ်ခြင်းနှင့်ဆံပင်အားကောင်း၊"

ကျနော်တို့စနစ်တကျတစ်ဦးဆံပင်မျက်နှာဖုံးလုပ်ဖို့သင်မည်သို့ပြပါလိမ့်မယ်။

သူတို့ရဲ့ဆံပင်ကျနော်တို့စဉ်ဆက်မပြတ်အရောင်များ၏အကူအညီဖြင့်စိတ်ဖိစီးမှု၊ ရေခဲပြင်ဒိုပစ်၊
ခြောက်သွေ့အကြောင်းမဲ့ခဲ့ကြသည်။ ဆံပင်အခြောက်အသို့မဟုတ်ဖက်တီး၊ မှိန်ဖြစ်လာ၊ ကြာပွတ်။

ဒါဟာဆံပင် coloring

ပြီးနောက်လဲကျကြီးထွားလာကိုရပ်တန့်သို့မဟုတ်ပိုဆိုးကြီးထွားဖို့စတင်သည်ကြောင်းတွေ့ကြုံတတ်၏။ လူတစ်ဦးစီတစ်ဦးချင်းစီဆံပင်ကြီးထွားဖြစ်ပါတယ်။

ဆံပင်ကြီးထွားနှုန်းသက်ရှိများ၏နှင့်၎င်း၏မျိုးရိုးအလိုက်များ၏ဇီဝသွင်ပြင်လက္ခဏာများပေါ်မူတည်ပါသည်။ ပျမ်းမျှအားတွင်၊ ဆံပင် 1 စင်တီမီတာအပေါ်တစ်လလျှင်ပေါက်နေသည်။

ဒါကြောင့်မကြသောအခါ၊ သဗျသညာရှိသည်ဆံပင်နှင့်အတူ၊ ပြဿနာတစ်ခုရှိသေး၏။

မကြာခဏဆံပင်ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာတချို့ဟော်မုန်းအပြောင်းအလဲကြောင့်ကလေးမွေးဖွားပြီးနောက်၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်က၎င်း၏ပုံမှန်အသွင်အပြင်ရှုံးသည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ပတ်ဝန်းကျင်၏ကွဲပြားခြားနားသောအကြောင်းရင်းများဖြစ်ပေမယ့်သင်ခန့်စာကိုသတ္တုဓာတ်နဲ့ဗီတာမင်ကင်းမဲ့ဆိုလိုတာကပြဿနာများ၊ ရှိပါတယ်သည့်အခါကိုသိရန်လိုအပ်နိုင်ပါတယ်။

ဆံပင်တစ်ဦးထုပ်အောက်မှာဝှက်ထားသည့်အခါဆံပင်နှင့်ဦးရေပြား၊ အဆက်မပြတ် nutrients ဆောင်းရာသီတွင်သိသာအထူးသဖြင့်ဗီတာမင်ချို့တဲ့ခြင်း၊ လိုအပ်ပါတယ်။

အချို့သောအတိုင်းအတာအထိဗီတာမင်၏မရှိခြင်းလျော်သောအစာအာဟာရတက်သည်ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ ဆံပင်မှကျန်းမာလှပတစ်ဦးကလိုအပ်သောအခြေအနေမြှတတဲ့အစားအစာဖြစ်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ဒီအစဉ်အမြဲမလုံလောက်ပါပဲ။

ဒါဟာပျက်စီးနေသောဆံပင်တစ်ဦးပြည့်စုံကုသမှုဖြစ်ရမည်။ သဗျသညာဗီတာမင်ယူပြီးစတင် Shampoo & ဗာလစံစေးကိုသုံးနိုင်သည်။ ဆံပင်ကြီးထွားတိုးတက်လာဖို့၊

သူတို့ရဲ့ဖွံ့ဖြိုးမှုကိုခိုင်ခံ့စေရန်ရှယ်ဆံပင်ဖွံ့စည်းပုံ၏အုပ်စုခွဲစွန်းပွချလျာထူထောင့်ရည်ရှယ်ထား
တဲ့ဗီတာမင်နှင့်သတ္တုဓာတ်၏အကျော်ကြားဆုံးရယူအထူးရှုပ်ထွေးသော, ။
ဤရွှေကားဆံပင်နှင့်လက်သည်းများ၏ကောင်းသောအခွအနေဘို့မရှိမဖြစ်သောဗီတာမင်,
ပါဝင်သည်။

ဗီတာမင် A - retinol နှင့်ဆံပင်ကြီးထွား beta-carotene အကူအညီနဲ့။
ဗီတာမင် B2 - Riboflavin ကျန်းမာဆံပင်စောင့်ရှောက်ကူညီပေးသည်။
ဗီတာမင် B8 - inositol အကူအညီနဲ့ဆံပင်ဆုံးရှုံးမှုကိုကာကွယ်တားဆီး။
ဗီတာမင် B8 - ဓါတ်, ဗီတာမင် H ကိုမီးခိုးရောင်ဆန့်ကျင်ကာကွယ်ဖို့အတွက်နိဗျာသညာ,
ဆံပင်ဆုံးရှုံးမှုတားဆီးရေးအတွက်ကူညီပေးသည်,
ဗီတာမင် B9 - သင် parabens နှင့် pantothenic အက်ဆစ်နှင့်အတူယူလျှင်ဖောလစ်အက်ဆစ်,
folacin, ဗီတာမင်က F, ဗီတာမင် Sun ကမီးခိုးရောင်ဆံပင်၏အသွင်အပြင်နွေးကွေးပါလိမ့်မယ်။
ဗီတာမင်က F - ဖက်တီးအက်ဆစ်ကောင်းသောဆံပင်အခွအနေသည်။
Parabens မီးခိုးရောင်ဆံပင်အရောင် restores ။
Tocopherol seborrhea အတွက်အသုံးပြုခဲ့သည်။
niacin, B12 - - cyanocobalamin, B1 - ဗီတာမင် PP တစ်မရှိခြင်းနှင့်အတူ thiamine,
ဆံပင်ကျမဲ့ကိုကြည့်ပြီးပိုတဖြည်းဖြည်းကြီးထွား။

ထိုကဲ့သို့သောသံ, ကယ်လစီယမ်, မဂ္ဂနီဆီယမ်, ဆယ်လီနီယမ်, သွပ်,
အိုင်အိုဒင်းအဖြစ်ဆံပင်အလွန်မရှိမဖြစ်သတ္တုဒြပ်စင်။
ထိုအရာဝတ္ထုများ၏ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ချို့တဲ့ပါကကြွပ်ဆတ်ဆံပင်ကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။
ဆံပင်၏အသွင်အပြင်တစ်ခုမရှိမဖြစ်အခွအနေ - ကျန်းမာကောင်းမွန်စွာဆောင်ဖို့ဆံပင်။ Split
ကိုကြီးစွန်းတိုင်အောင်ပင်အဆင်းလှပသော hairdo မသေချာသောအောင်အဆုံးသတ်ထားသည်။
ဒါဟာဆံပင်တစ် fad လေ့ကျင့်ခန်းသင့်လျော်သောစောင့်ရှောက်မှုမဟုတ်ပါဘူး။
မဆိုလေးနက်သောပြဿနာများရှိပါတယ်သောအခါ -
သိသိသာသာမီးခိုးရောင်ဆံပင်၏ပမာဏတစ်ခုသို့မဟုတ်အထူးကုတိုင်ပင်ဆွေးနွေးနှင့်ကုသမှုတစ်ခု
အခြံသောသင်တန်းကိုခံယူဖို့သူတို့ရဲ့ခိုင်မာတဲ့လိုအပ်ကြောင်း၏ဆုံးရှုံးမှုကိုတိုးပွားစေပါသည်။

ဆံပင်မျက်နှာဖုံးများ။

ဒါဟာအချဉ်နို့သို့မဟုတ်ဒိန်ချဉ်နှင့်အတူဆံပင်စိုစွတ်သောဆံပင်အမျိုးအစားအားလုံးကိုဆေးကြောဖို့
အသုံးဝင်သည်။ ဒါဟာ 2 သို့မဟုတ် 3 ကြိမ်တစ်ပါတ်လုပ်ဖို့အကြံပြုဆေးဘက်မျက်နှာဖုံးများနှင့်
prophylactic
ရည်ရွယ်ချက်များသာတစ်ချိန်ကလမျက်နှာဖုံးမှလျှောက်ထားစေခြင်းငှါအဘို့ဖြစ်ပါတယ်။

အကောင်းဆုံးကိုအကျိုးသက်ရောက်မှုရရန်သင့်အားကွဲပြားခြားနားသောရေးစပ်သီ၏မျက်နှာဖုံးများပြောင်းဖို့ရန်လိုအပ်သည်။

ရေနံဆံပင်ခိုင်မာစေရန်ချို့။

50

ဟင်းသီးဟင်းရွက်ဆီဂရမ်ဘုစပတ်သစ်သားသီးဖျော်ရည်ကိုတစ်ဦးလက်ဖက်ရည်ဇွန်းနဲ့သံပုရာဖျော်ရည်အနည်းငယ်ကျဆင်းမှုကိုယူမယ့်ရေချိုးအတွက် podogreem နှင့်ဆံပင်အမြစ်များသို့အရောအနှောပွတ်သပ်၊ နှစ်နာရီအဘို့အစုပ်ယူထားသည်။ Promoem ခေါင်းလျှော်ရည်နှင့်ပန်းသီးရှာလကာရည်၏တဦးတည်းဇွန်းနှင့်အတူသို့မဟုတ်ရေများထဲမှလီတာအတွက်သုတ်ခြင်းသံပုရာအနည်းငယ်ကျဆင်းလာထည့်ပါ။

ဆံပင်ခိုင်မာစေရန်တစ်ဦးကပေါ်ပြုလာနည်းလမ်းများလွင်ပြင်ဟဖြစ်ပါတယ်။ တိုက်ရိုက်ထုတ်ပိုးပေါ်၊ သင်စာရွက်ဖတ်နိုင်သည်။ ဟ်၏မျက်နှာဖုံးဆံပင်အကြေးတံဆိပ်ခတ်ထားနဲ့၊ အရှင်ဆံပင်အားကောင်းလာစေရန်နှင့်ထူပါစေနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ခြောက်သွေ့ပုံမှန်ဆံပင်အဘို့မျက်နှာဖုံးများ။

-

ထူမှန်များ၏ရှေ့နောက်ညီညွတ်မှုရဖို့ခေါင်းကိုပွတ်သပ်နှင့်နာရီဝက်အဘို့ဆံပင်ပေါ်လျှောက်ထားခြင်းငှါ၊ ကောက်မှန်ကိုယူနှင့်သွေးရည်ကြည်အတွက်သို့မဟုတ်နွေးရေထဲမှာစိမ်၊ ပွတ်တိုက်၊ ထို့နောက်ပူနွေးသောရေနှင့်အတူဆံပင် smoem ။

- vzobem နှစ်၊ ရေထဲကတစ်ခုလက်ဖက်ရည်ဇွန်း add နှင့်အရေပြားသို့ပွတ်ပေးပါ။

ဟင်းသီးဟင်းရွက် (ရှာလကာရည်၏ရေလိုအပ်ဇွန်းလီတာနှုန်း) (ဆူး၊ chamomile)

သို့မဟုတ်ရှာလကာရည်၏ပြုတ်ရည်နှင့်အတူရေနဲ့ဆေးလိုက်ပါ။

- Sour သို့မဟုတ်ဒိန်ချဉ်၊

ဆံပင်ထွန်းလင်းနှင့်တောက်ပပေးဆံပင်အားကောင်းလာစေရန်နှင့်ဘောက်တားဆီးကူညီပေးပါမည်။

စေတနာစိတ်ဆံပင်နှင့်ဦးရေပြား pomassiruem သက်ဆိုင်ပါသည်။ ကျနော်တို့က polyethylene

ရုပ်ရှင်၊ လည်စည်းပဝါတစ်ခုသို့မဟုတ်လက်ကိုင်ပဝါကို 15 သို့မဟုတ် 20

မိနစ်ခန့်အဖုံးကိုပါလိမ့်မယ်။ ထိုအခါရေနှင့်အတူထွက်ဆေးကြောပါ။

အဆီပြန်သောဆံပင်မျက်နှာဖုံး။

- မုန့်ညင်းမှုန့်တစ်ဇွန်းကိုယူရေဖန်ခွက်ထဲတွင်ပျော်ဝင်၊ သင့်ဆံပင်ပေါ် 5 သို့မဟုတ်မိနစ် 30

ရက်နေ့တွင်ထားတော်မူ၏။ ခေါင်းလျှော်ရည်နှင့်ဆပ်ပြာမပါဘဲ Smoem ရေ၊

ထို့နောက်ရှာလကာရည်ကိုရေသို့မဟုတ်ဆေးဖက်ဝင်အပင်များပြုတ်ရည်နှင့်အတူ acidified

နှင့်အတူသုတ်ခြင်း။

- ကုန်တယ် parsley 100

ဂရမ်ဗောဒ်ကာတစ်ဦးလက်ဖက်ရည်ဇွန်းနဲ့ကြက်ဆူပင်နှစ်ခုလက်ဖက်ရည်ဇွန်း၊

ဆံပင်အမြစ်များအတွက် 15 ဒါမှမဟုတ် 30 မိနစ်အဘို့ပွတ်သွန်းလောင်း။ ပုံမှန်အတိုင်းလမ်းအတွက်
Swill ဆံပင်။

- ဗီတာမင် B1 နှင့် B6 ဟာ 1 ml

ကိုဖြေရှင်းနည်းနှင့်အတူချော့ကျိအံပင်ကြက်ဥရောနှောခိုင်ခံ့စေသဖြင့်၊

ဆံပင်၏အမြစ်များသို့ပွတ်သပ်၊ တစ်နာရီကိုင်ရန်။ Smoem ခေါင်းလျှော်ရည်၊ acidified

ရေသို့မဟုတ်ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၏ပြုတ်ရည်။

Functions များ (ဓါတ်) ဗီတာမင်အိပ်ချ်

ဒါဟာသည့်အခါပန်ကရိယဟော်မုန်းအင်ဆူလင်၏သက်ရောက်မှုဓါတ်ဘိုဟိုက်ဒရိတ်ဇီဌာနအရေးကြီးသောအခန်းကဏ္ဍများတွင်ကစားကြောင်းလူသိများသည်။ ဓါတ်လည်း glucokinase များ၏ထုတ်လုပ်မှုတွင်ပါဝင်ပတ်သက်နေသည်၊ အဂလူးကိုစီဇီဌာန run ကူညီပေးသည်။ အသည်း glucokinase ထုတ်လုပ်သည်သို့လှောင်ထားသောဓါတ်ရှိသေး၏။ ဒါဟာအသည်း glucokinase တစ်ဦးလျှော့အကြောင်းအရာရှိသည်သောသူဆီးချိုရောဂါအတွက်အရေးကြီးသောဖြစ်လိမ့်မည်။

ဓါတ်, ပရိုတိန်း metabolize

ကူညီပေးသည်ဖက်တီးအက်ဆစ်အဆီလောင်ကျွမ်းမှုကိုနှင့်၎င်းပြုကွဲတွင်ပါဝင်ပတ်သက်နေပါတယ်။

။ ဓါတ်ဆာလ်ဖာပါဝင်ပါတယ်ကတည်းကကြောင့်အလှအပအတွက်လက်သည်းအဘို့ဗီတာမင်၊

ဆံပင်နှင့်အရေပြားဟုခေါ်တွင်စေနိုင်ပါတယ်။ တစ်စုံတစ်ဦးကအရေပြား၊

ဆံပင်နှင့်လက်သည်းမှဆာလ်ဖာကယ်လွတ်ခြင်းငှါရှိပါတယ်။

ဓါတ်သတ်မှတ်ထားသောအတိအကျကဲ့သို့ဖြစ်၏ဆာလ်ဖာများကုန်တင်ကယ်တင်ထားတဲ့စံပြကိရိယာတခုဖြစ်တယ်။

ဓါတ်,

ဆံပင်နှင့်အရေပြားဆဲလ်တွေထဲမှာအဓိကအားဖြစ်ပါတယ်အဆီဇီဌာနထိန်းချုပ်ထားခြင်းနှင့်အရေပြားအဆီများ၏ content သက်ရောက်သည်။

ဆံပင်၏အသွင်အပြင်တိုးတက်စေနှင့်၎င်းတို့၏ခြုံငုံဖွဲ့စည်းပုံမှာတိုးတက်စေနိုင်သည်၊

ဦးရေပြားအဖြစ်ဆီပြန်မဟုတ်ပါဘူးစေသည်။

ကျနော်တို့အရှုံးဆန့်ကျင်၊ ဆံပင်အဘို့မျက်နှာဖုံးများနှင့်တွေ့ဆုံခဲ့သည်နှင့်ဆံပင်အားရှိ၏။
နုပျိုအညီအကြွေပျိုတို့သညာအဘယျသို့မိတာမင်ကြီးထွားမှုအတွက်၊
သင့်ဆံပင်အမျိုးအစားအဘို့ပြုနှင့်ဆံပင်သုံးနီဇုခိုင်ခံ့စေနိုင်ပါတယ် mask အဘယ်အရာကိုငါသိ၏။

See also

ညာဘက်ဆံပင်များနှင့်ဆံပင်အရောင်ကိုရွေးချယ်ဖို့ ကိုဘယ်လို



လှပထူးခြားတဲ့အမျိုးသမီးတစ်ဦးဖြစ်ရန်အတွက်အလိုဆန္ဒ၊
စားသောက်ရညဉ့်အခါကလပ်သို့မဟုတ်အခြားထူထောင်မှုသွားရောက်ကြည့်ရှုဖို့အလိုဆန္ဒထက်နိုင်။
သင်မှန်ထဲမှာမြင်သောပုဂ္ဂိုလ်ကိုသင်မကြိုက်ဘူးလျှင်ပြီးနောက်ရှိသမျှတို့၊ အဘယ်ကြောင့်၊
တစ်နေရာရာမှာသွားပါ။

သဌသညာသူ့ကိုကွည့်ရှုနှင့်သင်ပြောင်းလဲပစ်ချင်ကြောင်းနားလည်သဘောပေါက်။
လူတိုင်းသိတယ်၊

ပင်ထပ်တလဲလဲစိတ်ပညာရှင်တို့ကသက်သေပြသည့်အတိုင်းအသက်တာ၌မဆိုပြောင်းလဲမှုပုံရိပ်တစ်ခုပြောင်းလဲမှုနဲ့တူထိုကဲ့သို့သောရိုးရှင်းပြီးကောင်းတဲ့အရာအသွင်အပြင်၊ စတိုင်၊
ဆံပင်ပုံစံတွေကိုပြောင်းလဲ၊ ဆံပင်အရောင်၊ မိတ်ကပ်နဲ့စတင်ရပါမည်။

သဌသညာဘဝ၌အဘယ်သူမျှမအလှည့်အပြောင်းဖြစ်ပျက်ကြဘူး၊
သင်ရုံသူတို့ရဲ့အသွင်အပြင်အတွက်အသစ်အဆန်းချင်တယ်။ ရင်တောင်
ဒါဝိညာဉ်သတဲ့အားလပ်ရက်လိုအပ်ကြောင်းပြောပါလျှင်၊ တုန့်ဆိုတုပါဘူး၊
သဌသညာအရာတစ်ခုခုကိုပြောင်းလဲပစ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။

အားလုံးအသက်အရွယ်မရွေးမိန်းကလေးများနှင့်အမျိုးသမီးအဆက်မပြတ်ဘယ်လိုညာဘက်ဆံပင်များနှင့်ဆံပင်အရောင်ကိုရွေးချယ်ဖို့အံ့သြနေကြသနည်း

အသစ်တစ်ခုကိုဆံပင်များနှင့်ဆံပင်အရောင်များ၏ရွေးချယ်ရေးရုံအနီရောင်အရောင်၊

ဒါမှမဟုတ်အပြန်အလှန်ဆံပင်ရွှေရောင်အပေါ်ချပြီး၊ စာရေးတံပစ်သည်မဟုတ်။

ဤအဖြစ်အလေးအနက်ထားသင်အဆင်ပြေဖိနပ်၏ရွေးချယ်ရေးများ၏ပြဿနာ၊

ကောင်းတစ်ဦးကားအသစ်၊ တိုက်ခန်းလိုဆကျဆံအဖြစ်ခေါ်ဆောင်သွားရပါမည်။

ပြီးနောက်ရှိသမျှတို့၊

နှစ်ခုသို့မဟုတ်ခြောက်လအပြောင်းအလဲကိုသစ်ပုံရိပ်မတိုင်မီပင်တစ်လပိုပြီးသင့်အသက်တာအသက်ရှင်ဖို့နည်းလမ်းအသစ်နှင့်အတူ၊ ဒါပေမယ့်နေဆဲ။ ဒါကြောင့်သင်တို့အဘို့သက်သာဖြစ်သင့်သည်၊ မိမိအသစ်ကလမ်းအပေါ်ကောင်းစွာစဉ်းစားပါ။

ဒါကြောင့်ဘယ်လိုညာဘက်ဆံပင်များနှင့်ဆံပင်အရောင်ကိုရွေးချယ်သနည်း

ဤပြဿနာကိုဖြေရှင်းရန်၊ နည်းလမ်းများစွာရှိပါတယ်။ ပထမဦးဆုံးအလွယ်ဆုံးပါပဲ။

အခုတော့အလှပြင်ဆိုင်၊ ဒါမှမဟုတ်ငါတို့အဘို့အဟောင်းနဲ့အကျွမ်းတဝင်အမည်အား -

ဆံပင်ညှပ်သမားသည်အလှည့်မှာဖွင့်လှစ်။ ခက်ခဲသည်မဟုတ်အထူးကုနှင့်အတူရက်ချိန်းလုပ်ပါ။

stylist

သို့မဟုတ်ဆံပင်ညှပ်သမားနှင့်လေ့လာအဆက်မပြတ်အမျိုးသမီးတွေကိုပြောင်းလဲကူညီဖို့ဟာသူတို့ရဲ့ကျွမ်းကျင်မှုလေ့ကျင့်။

ဒါဟာဆရာဝန်တစ်ဦးအဖြစ်မှတ်တမ်းတင်ခြင်းငှါလာကြပေမယ့်သင်ပိုမိုပျော်စရာရဝေးသူထံမှပြောင်းရွှေ့သူတွေကိုရှိပါတယ်ကောင်းလှ၏။ အဆိုပါ stylist

ဝတ်စုံသင့်ရဲ့ဆံပင်အရောင်တက်ကောက်ပါလိမ့်မယ်၊

ပိုသောအရာကိုသူကအမျိုးသမီးတွေအိမ်မှာမပွဲနိုင်ချေမကြာခဏဖြစ်သော၊ သင်ကပရော်ဖက်ရှင်နယ်၊ ယူနီဖောင်းနှင့် monotonous ဆေးထိုးခြင်းပါလိမ့်မယ်။

သင့်ထံမှရွေးချယ်ဖို့ဆံပင်ပုံစံတွေအတော်ကြာအမျိုးမျိုးအကြံပေး၊

သင်အလွယ်တကူတဲ့ချစ်စရာခိုးမိန်းကလေး bitchiness၊

ဒါမှမဟုတ်အပြန်အလှန်၏ပုံရိပ်ကိုအစားထိုးနိုင်ပါတယ်။ သူကအကောင့်ထဲသို့အားလုံးသင့်ရဲ့ဆန္ဒကိုယူ၊ အဖြစ်မှန်သို့သူတို့ကိုငါဘာသာပြန်ဆိုလိမ့်မယ်။

သငျသညျအလွန်အစွမ်းထက်တဲ့အထူးကုအပေါ်အားကိုးခြင်းနှင့်သင်တန်းကျန်ကြွင်း၊

သူနည်းလမ်းသစ်၊ အရောင်၊ ဆံပင်ညှပ်နှင့်အတူကျေနပ်နိုင်ပါတယ်။ ဖြတ်၊

အရောင်ပေမယ့်ရလဒ်ကထိုက်သည် -

ဤ၏တစ်ခုတည်းသောဖြစ်နိုင်သမျှအားနည်းချက်ကတော့သင်ရုံဘာဘာအဘို့ထက်ပိုမိုပေးဆောင်ဖို့လိုအပ်နေတဲ့ stylist ၏ဝန်ဆောင်မှုများအတွက်ကြောင့်ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ဦး stylist နှင့်ဆံပင်ညှပ်သမား၏အကူအညီမပါဘဲ၊
လက်ျာဆံပင်များနှင့်ဆံပင်အရောင်ကိုရွေးချယ်ဖို့ဘယ်လိုနေသလဲ? တစ်ဦးကအင်တာနက်ပေါ်တွင်
applets နဲ့ပလီကေးရှင်းအမျိုးမျိုးအဖြစ်သင်သည်သင်၏ကွန်ပျူတာပေါ်တွင် install

နိုင်သောအစီအစဉ်များလည်းရှိပါတယ်။

ဤအစီအစဉ်များကိုအသုံးပြုရန်လွယ်ကူပြီးစိတ်ဝင်စားဖို့ဖြစ်ကြသည်။

ဒီပရိုဂရမ်ကိုအသုံးပြုနိုင်ရန်အတွက်သင်သာအီလက်ထရောနစ်ပုံစံ၌သင်တို့၏ဓာတ်ပုံကိုရှိသည်ဖို့
လိုအပ်ပါတယ်။ သင်တစ်ဦးသင့်လျော်သောဓာတ်ပုံကိုရှိပါက၊ သင်ရိုးရှင်းစွာထွက်ပရိုဂရမ်သို့ load
နှင့်၊ သင့်ကွန်ပျူတာထွက်ခွာခြင်းမရှိဘဲ၊ သူတို့ရဲ့ပုံရိပ်တွေကိုပြောင်းပေးပါ။ ဤအစီအစဉ်၌၊

သငှသညျ၊

ဆံပင်အရောင်ကိုပြောင်းလဲကွဲပြားခြားနားသောအရိပ်ကောက်လည်းကွဲပြားခြားနားသောအရောင်
strands add နိုင်ပါတယ်။

သငှသညျကွဲပြားခြားနားသောအရှည်၏မှေးကိုပွငှဆငှကွမဟုတ်ပါသငှသညျ fit

ကိုဘယ်လိုကြည့်ပါသို့မဟုတ်မနိုင်။ အဆိုပါအစီအစဉ်တွင်ဆံပင်ပုံစံတွေများအတွက်ရရှိနိုင် options
နှစ်ခုစလုံး Bang နှင့်အစိတ်အပိုင်းများအလွန်တိုတောင်းသောနှင့်ကြာကြာဆံပင်၊

ကွဲပြားခြားနားသောအပွေငှအလဲရှိပါတယ်။

ဆံပင်ပုံစံတွေနှင့်ဆံပင်အရောင်များ၏ရွေးချယ်ရေးအပေါ်ထိုကဲ့သို့သောအစီအစဉ်များ၏ဖြစ်ရပ်အ
ဆုံးသတ်ပါဘူး၌ရှိသကဲ့သို့၊

များသောအားဖြင့်ထိုကဲ့သို့သောပြောင်းလဲမှုမျက်စိအရောင်အဖြစ်အပိုဆောင်းဝန်ဆောင်မှုတွေကိုရှိ
တယ်၊ တစ်ဦးဦးထုပ်၊ နေကာမျက်မှန်သို့မဟုတ်အခြားဆက်စပ်ပစ္စည်းအပေါ်စမ်းပါ။

ယေဘုယျအားဖြင့်စိတ်ကူးစိတ်သန်းများနှင့်လက်တွေ့စမ်းသပ်ချက်အဘို့ကြီးစွာသောအာဏာသရှိ
နေကြသည်ဖြစ်ပါတယ်။

ဤအစီအစဉ်များ၏တစ်ခုတည်းသောအားနည်းချက်ကတော့လူတစ်ဦးချင်းစီဆံပင်၏သူ့ကိုယ်ပိုင်စ
တိုင်နဲ့ဖွဲ့စည်းပုံမှာရှိကြောင်း၊ သူတို့ကပိုရှားပါးတစ်စုံတစ်ဦး၊

တစ်စုံတစ်ဦးကတစ်စုံတစ်ဦးကိုလျော့နည်းအသံအတိုးအကျယ်ရှိပြီးတစ်ဦးအထူရှိပြီးဖြစ်ပါတယ်။

ဒီအစီအစဉ်ကိုအဘယျသို့ type

ကိုဆံပင်ဝတ်စုံကဒီသို့မဟုတ်ကြောင့်ဆံပင်၏သင်ပြောပြနိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်သငှသညျကြုံတွေ့ရ
စေခြင်းငှါထိုပြဿနာဖြစ်ပါသည်၊ သငှသညျကိုသာအဆုံးရလဒ်အတွက်အခါ podstrizhetes
ကသတ်မှတ်နိုင်ပါတယ်။

သင်တစ်ဦး stylist

နှင့်အတူတစ်ဦးသတ်သတ်မှတ်မှတ်အစီအစဉ်ကိုသို့မဟုတ်တိုင်ပင်ဆွေးနွေးသွားဖို့မဟုတ်ဆုံးဖြတ်

ကာသင့်လျော်သောပုံရိပ်နှင့်သင်ဆဲနိပ်စက်တာညာဘက်ဆံပင်များနှင့်ဆံပင်အရောင်ကိုရွေးချယ်ဖို့ ဘယ်လို၏မေးခွန်းကိုကောက်ဖို့ဆုံးဖြတ်ကြလျှင်၊ စိုးရိမ်ပူပန်ကြပါဘူး။

ညာဘက်ဆံပင်များနှင့်ဆံပင်အရောင်ကိုရွေးချယ်နိုင်ရန်အတွက်သင်မည်သို့လက်ရှိဆံပင်အရောင် ကိုဆုံးဖြတ်ရန်စတင်နှင့်ကြိုးပမ်းမှုဖုံးကွယ်နိုင်ပါလိမ့်မည်ရှိမရှိနားလည်ရန်လိုအပ်သည်။

ဒီချက်ချင်းပြုမနိုင်လျှင်၊

အဲဒါကိုပြုသောအမှုနှင့်ဖယောင်းတိုင်တန်ဖိုးရှိဂိမ်းရှိမရှိနိုင်ပါတယ်မည်မျှအဆင့်ဆင့်ကိုနားလည်သ ဘောပေါက်ရန်လိုအပ်ပေသည်။ အားလုံးပြီးနောက်ဥပမာ၊ blonde ရန်အလွန်ခက်ခဲအနက်ရောင် vykrasitsya အတူ။ တောင်မှမရသိပ်ခက်ခဲကြောင့်သင့်ရဲ့ဆံပင်မှပြဿနာနှင့်အန္တရာယ်ဖြစ်သကဲ့သို့။ အဖြစ်ဝေးအနက်ရောင်နှင့်အဖြူရောင်အဖြစ်ဆက်နေရန်အချိန်ကြာမြင့်စွာရာဆွဲမယ့်ခိုင်မာတဲ့ဓါတု ဗေဒဖော်မြူလာရှိပါသည်။ သင်အလိုရှိသောအရောင်ပုလဲဆံပင်ရွှေရောင်မရနိုင်သည့်၊

အနက်ရောင်အရောင်ကနေချက်ချင်းတက်ပေါ့။ ဤရွှေကား၊

အရောင်အောင်မြင်ရန်အားလုံးကြိုးစားမှုတစ်ဖန်အမိုးနီးယားနှင့်သင်၏ဆံပင်လှယူခြင်းကိုခံရပါလိ မ့်မယ်။ ဆံပင်အရောင်ဒါသိသိသာသာမဟုတ်ပါဘူးပြောင်းလဲပစ်ရန်စတင်၊

သို့မဟုတ်သင့်ဆံပင်အရောင် refresh, အလင်းသို့မဟုတ်ရောင်စုံ strands ဖြည့်စွက်။

ညာဘက်ဆံပင်ကိုရွေးချယ်နိုင်ရန်အတွက်သင်မျက်နှာအမျိုးအစား၎င်း၏အသွင်သဏ္ဌာန်အနေဖြင့် အဖြစ်ဆံပင်၏ဖွဲ့စည်းပုံမှာအပေါ်စတင်ရပါမည်။

အမျိုးအစားလူတစ်ဦး၏မျှော်မှန်မျက်နှာလှည့်လည်လျှင်၎င်း၏အင်္ဂါရပ်များသတိထားပါကပါးကိုဖုံး လွှမ်းရန်လိုအပ်သောဖြစ်ပါသည်၊ သငျသညျမကြုံနာမြား၏အမြင်ပုံသဏ္ဌာန်ကိုပြောင်းလဲလုပ်ဖို့ Bang အဖြစ်အခွားဆံပင်ပုံစံတွေထည့်နိုင်သည်။

ထိုကဲ့သို့သောထွားသကဲ့သို့နီးပါးဆံပင်ပုံစံတွေပေါ်တွင်စတုရန်းမျက်နှာပုံသဏ္ဌာန်အကြံပေးချက်များ နှင့်အတူမိန်းကလေးငယ်သည်။

တစ်ဦးကြိုပုံသဏ္ဌာန်မျက်နှာတွေနဲ့မိန်းကလေးတွေဟာမေးစေ့ထဲမှာအသံအတိုးအကျယ်ကိုထည့် သွင်းပါလိမ့်မယ်၊ ဒါပေမယ့်ကျယ်ပြန့်ခြင်းနှင့်မြင့်မားသောနဖူးမှအာရုံလွှဲဖို့တုံ့ဆံပင်တက် Pick သည်။

ရံဖန်ရံခါသူတို့ခေါင်းဖီးနီးပါးအားလုံးအမျိုးအစားများများအတွက်သင့်လျော်သောများမှာတစ်ခုဘဲဥ ပုံမျက်နှာနှင့်အတူမိန်းကလေးများနှင့်မိန်းမတို့အဘို့ဆံပင်ပုံစံတွေ၏ရွေးချယ်ရေးနှင့်အတူပြဿနာ များ၊ ရှိပါတယ်။

သင်ဆဲအသစ်သောဖက်ရှင်ခေတ်ရေစီးကြောင်းနှင့်အတူမဂ္ဂဇင်းများမှတဆင့်လှန်ညာဘက်ဆံပင် များနှင့်ဆံပင်အရောင်ကိုရွေးချယ်ဖို့ဘယ်လိုဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါတယ်ကြပြီမဟုတ်ပါကရာသီသစ်အတွက် ရှာတွေ့ဖြစ်နိုင်၊

ဒါမှမဟုတ်ပန်းချီနှင့်အတူအဆင်သင့်ဆံပင်ကြည့်ရှုခြင်းနှင့်မိမိကိုမိမိရှေးခယျာသဌဲ့ရဲ့ wizard
ကိုဥပမာအားဖြင့်သူမ၏တာကြိုက်တယ်။ A ကောင်းဆိုးမာစတာအမြဲသင့်ရဲ့ type
ကိုမျက်နှာအဘို့အခြုံသောဆံပင်မှန်ကန်သောစေနိုင်မည်ဖြစ်သည်။
ဒါကြောင့်အသစ်သောအရာတစ်ခုခုစမ်းသပ်နှင့်ကြိုးစားရန်မကြောက်ပါဘူး။

အထိခိုက်မခံဦးရေပြား: စောင့်ရှောက်မှု၏စည်းမျဉ်းများ



ကျန်းမာလှပထူဆံပင်သဘာဝဥစ္စာနေနဲ့အဆင်းလှသောလိင်၏တစ်ချိန်တည်းမှာအဓိကအလှဆင်ဖြ
စ်ပါတယ်။

သို့သော်လျှင်ကျနော်တို့အစဉ်အဆက်ဦးရေပြားရဲ့ကျန်းမာရေးအပေါ်အလွန်ကောင်းမွန်တဲ့ဆံပင်တို
က်ရိုက်မှီခိုထင်?

ဤသည်အလွန်ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြင်းနှင့်အထိခိုက်မခံအသားအရေနေသောလူများအထူးသဖြင့်မှန်သည်။

အမြစ်ကိုကြည့်ရှုဆင်ခြင်

အလွန်မကြာခဏငါတို့ရှိသမျှသည်တပ်ဖွဲ့များမှဆံပင်ဖွဲ့စည်းပုံမှာ ovneshney
ဂရုစိုက်ခြင်းနှင့်လုံးဝအမြစ်မှရင့်ကျက်ဖို့ သူတို့ကဆိုသည့်ကား၊
မေ့လျော့သောဖြစ်နိုင်သောလမ်းစမ်းပါ။

အရေပြားခေါင်းကိုဆံပင်၏ကိုယ်စားသူအားလုံးလိုအပ်သောနှင့် pitatelnyeveschestva

အားလက်ခံတွေ့ဆုံရှိရာ, မွေးဖွားခဲ့ပြီး,
သင်တန်း၎င်း၏အနေအထားကိုထံမှနေသည်ကဆံပင်ပေါ်ကြည့်ရှုမည်ကိုမည်သို့မူတည်ပါသည်။

ဒါဟာဦးရေပြားကျွန်တော်တို့ရဲ့ဆံပင်၏ pervichnymistochnikom
ကျန်းမာရေးနှင့်အလှအပကြောင်းအောက်ပါအတိုင်း။ ဒါဟာ LeatherHead
အတူတူပင်သတိထားစောင့်ရှောက်မှုအဖြစ်မျက်နှာနှင့်ခန္ဓာကိုယ်လိုအပ်ပါတယ်ဤသည်အလွန်အ
ကြောင်းပြချက်အဘို့ဖြစ်၏။

sensitivity ။ Chtoeto?

စာရင်းဇယားအရ, ကိုယ်စားလှယ်များ၏ 80%
ခန့်နဲ့ညှိသိမ်မွေ့သောစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်နေအရေပြားတစ်ခုတိုးလာ sensitivity
ကိုကဲ့သို့သောပြဿနာတစ်ခုနှင့်အတူရင်ဆိုင်ခဲ့ရသည် slabogopola ။
ပြင်ပနှင့်ပြည်တွင်းရေးနှစ်ဦးစလုံး - ထိုသို့သောအသားအရေမဆိုနာကျင်ကျိန်းစပ်အချက်များ
vozdeystviyukakih ဖို့အထူးသဖြင့်ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။

အပူချိန်အပြောင်းအလဲများ, လေတိုက်, neblagopriyatnyeeekologicheskie အခြေအနေများ,
လေအေးပေးစက်ကနေခြောက်သွေ့သောလေထု - ဤအမှုအလုံးစုံတို့ကို vyzvatobezvozhivanie
နိဗျာဓိ, အီနှင့်ဆင်းရဲသောအရေပြားအခြေအနေ။
ထို့ကြောင့်ကျွန်တော်အစိုဓာတ်ဆုံးရှုံးမှုဟာအရေပြားအပေါ်ယံ၏အမှုန်၏ခွဲခြာမှုဦးဆောင်ကာရလဒ်
အဖြစ်ခြောက်သွေ့, ယားယံခြင်းနှင့်အလွှာတစ်ဦးခံစားချက်လည်းမရှိကြောင်းသတိပြုမိ။ ထိုအ
nestanovitsya ခြွင်းချက်ဦးရေပြား။

နူးညံ့သိမ်မွေ့စောင့်ရှောက်မှု chuvstvitelnoykozhey ခေါင်းကို

အကယ်စင်စစ်မေးခွန်းဘယ်လို zhezaschitit
ဦးရေပြားပြင်ပအန္တရာယ်များမှအဖြစ်ပေါ်ထွန်းရှိပါတယ် acutely? အထိခိုက်မခံ LeatherHead
ကတည်းကစောင့်ရှောက်မှုနှင့်အသားအရေစိုပြေစေ၏အထူးနူးညံ့သိမ်မွေ့သောစည်းမျဉ်းများလိုအ
ပ်သည်။ ဆံပင် dlyauhoda အားလုံးရန်ပုံငွေများ, စည်းကမ်းအဖြစ်, အပျော့ဖြစ်နှင့်
razdrazheniekozhi စေသင့်ပါဘူး။

တောင်မှပိုကောင်း, ထိထိရောက်ကျရောအစိုဓာတ်ကို predotvraschayutpoteryu ထိုကဲ့သို့သောက
glycerol, သွပ်, polinukliinovye အက်ဆစ်,

ဟင်းသီးဟင်းရွက်အဆီများနှင့်အသားအရေစိုပြေအေးဂျင့်အဖြစ်ခေါင်းလျှော်ရည်
ultrafioletovyefiltry, တွင်ထည့်သွင်းမယ်ဆိုရင်။

စကားမစပ်, အဝတ်လျှော်ဆံပင် schuvstvitelnoy
အရေပြားဖြစ်စဉ်မှအထူးချဉ်းကပ်အမည်ရဆံပင်ဆေးကြောဘို့ရေ၏အပူချိန် bytkomnatnoy
သင့်ပါတယ်ရှိ၏ ယင်းခေါင်းလျှော်ရည်လျှောက်ထား၏ထိရောက်မှုကိုအဘို့, ကလက်ဝါးပေါ်မှာ
neobhodimovspenit; အဆိုပါလက်ငင်းပထမဦးဆုံးရေဆေးကိုဆေးကြောဆားနဲ့ဖုန်မှာ,
နှင့်အစိတ်အပိုင်းများကို moisturizing နှင့်ကာကွယ်ဒုတိယ deystvievstupayut
အတွက်ယခုအချိန်တွင် - ဆပ်ပြာနှစ်ကြိမ်ဆံပင်ဖို့လျှောက်ထားရပါမည်။

အတွင်းပိုင်းကနေကျွန်တော်တို့ရဲ့အသားအရေကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန်အလို့ငှာ, svoyratsion
အတွက်ဗီတာမင် A, B, C တို့ဆုံပိုအစားအစာများကိုဖွင့်

အကျော်နှင့်အတူရုံပုံငွေ

ကျယ်ပြန့်အလှကုန်များနှင့်ဆေးဝါးများ svoimichudodeystvennymi
ဂုဏ်သတ္တိများလောကီသားတို့သည်ထင်ရှားသောနှင်းဦးရေပြားပေါ်အကျိုးသက်ရောက်မှုငြိမ်းစေလျှ
က်သော prirodnyykomponent - ပေးနိုင်သောအစိုဓာတ်ကိုရှားစောင်းလက်ပတ်ဖြစ်ပါတယ်။
ခေါင်းလျှော်ရည် poteryuvlagi
ကာကွယ်ပေးနိုင်ခြင်းနှင့်ဘက်တီးရီးယားဆန့်ကျင်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်,
ကျော်ထိထိရောက်ရောက်အထိခိုက်မခံအသားအရေများအတွက်ဂရုမစိုက် sekstraktom ။

အထိခိုက်မခံဦးရေပြားရဲ့ချိန်ခွင်လျှောက်ပြန်သွား

ဦးခေါင်း၏အထိခိုက်မခံတဲ့အသားအရေရဲ့ချိန်ခွင်လျှောက်ပြန်လာနိုင်ရန်စားသုံးဆီအပေါ်အခြေခံပြီး
ဖြစ်ကြောင်း ispolzuyavosstanavlivayuschie tools များရှိနိုင်ပါသည်။ massaging
လှုပ်ရှားမှုတွေသုံးပြီးနည်းနည်း kapellegkogo ဟင်းသီးဟင်းရွက်အဆီများ (argan, jojoba
ရေနံသို့မဟုတ်ဗာဒံ) ပရီမီယံတန်း nakozhu ဆွဲပါ။
ကျနော်တို့နံနက်တိုင်အောင်ရေနံကြိုတင်ယူထားနှင့်ပြီးသားခေါင်းလျှော်ရည်နဲ့ပူနွေးတဲ့ရေ
utromsmyvaem ။ စကားမစပ်, ဆံပင်ကနေရေနံဖယ်ရှားပစ်ရန် poopredelennoy
အစီအစဉ်ရှိရမည်: ဆံပင်ခေါင်းလျှော်ရည်အခြောက်မှ Apply,
ထို့နောက်ချွတ်ဆေးကြောပါထို့နောက် ivspenivaem စိုစွတ်ကြ၏နှင့်။

1: ဦးရေပြားယားယံခြင်းသည်ထင်ရှားရှိလျှင်, ဆံပင်အဝတ်လျှော်သည့်အချိန်တွင်ရေ 1 ခေါင်းလျှော်ရည်မှေးမှိန်ရန်အကြံပြုသည်။

ယားယံစေနိုင်ပါသည်အမြဲနှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ်အကြွင်းအကျန် inacheego ဆံပင်နှင့်အတူခေါင်းလျှော်ရည်ကိုချွတ်ဆေးကြောဖို့ကြိုးစားပါ။
ယင်းခေါင်းလျှော်ရည်လျှောက်ထားပြီးနောက်လျှင်ရေသို့မဟုတ် imeetsrednyuyu မြင့်သောမာကျောမှုကိုထိရောက်စွာကျန်ကြွင်းဆားရည်အိုင် washes ကြောင်း kislotnyyopolaskivatel သုံးစွဲဖို့မေ့လျော့တော်မသင့်ပါ။ Takoyopolaskivatel လွယ်ကူစွာအိမ်မှာလုပ်နိုင်ပါတယ်။ 1 stolovuyulozhku သံပုရာဖျော်ရည်သို့မဟုတ် cider ရှိလကာရည်ကို ယူ. ရေ 1 လီတာနှင့်အတူရောမွှေပါ။

သို့ soothes နှင့်ယားယံခြင်းသက်သာ zhidkihsredstv အနိမ့်အဆီများအသုံးပြုခြင်းနှင့်အတူဦးခေါင်းဖြည်းညှင်းနှိပ်နယ်။ Massazhnyhsredstv သောကွေ့ငှက်, မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောအဆီများပါဝင်သည်အရာ, ရှောင်ကြဉ်ရပါမည် သူတို့ vyzvatrazdrazheniya နိုင်ပါတယ်။

သငယ်သည့်ပြင်းထန်ယားယံခြင်းနှင့်တင်းကျပ်စွာတစ်ခံစားမှုတွေ့ကြုံခံစားခဲ့လျှင်, vamsleduet အပူပုံစံအားလုံးကို devices များ (သံ, ဆံပင်အခြောက်ခံစက်များ, ရေခဲပြင်ဒီးပစ်သံ, stylers) မှခဏစွန့်ခွာ။ ထိုကိရိယာများမှလာသောအပူ, ochensilno ဦးခေါင်းခန်းခြောက်။

သတ္တုနှင့်အတူဖွီးဆံပင်အသုံးပြုခြင်း iliplastikovoy သိသိသာသာထိခိုက်မခံတဲ့ဦးရေပြားထိခိုက်စေမည်။ ထို့ကြောင့်အထူကသဘာဝ bristles နှင့်အတူပျော့ဖွီး sleduetobzavestis - အပြုသဘောသာသင့်ရဲ့ဦးရေပြားပေါ်, ဒါပေမယ့်လည်းဆံပင်ပေါ် skazhetsyane ဖြစ်ပါတယ်။

အိမ်မှာဦးရေပြားပြဿနာတွေ schuvstvitelnoy ကုသမှု

သငယ်သည့်မအီနဲ့ခြောက်သွေ့ kozhigolovy ရှိပါကသင်သည် 2-3 ကြိမ်တစ်ပတ်လျှင်အထူးမျက်နှာဖုံးများအသုံးပြုသင့်ပါတယ်။ တစ်ဦးက esliproblem ပေါ်ထုန်းပြီး, ထိုကဲ့သို့သောမျက်နှာဖုံးများကာကွယ်တားဆီးဖို့တစ်ခုတည်းအသုံးပြုခြင်းကို vnedelyu များအတွက်စံပြဖြစ်ကြသည်။

prostokvashidlya ထိခိုက်မခံတဲ့ဦးရေပြား၏မျက်နှာဖုံး

အထွေထွေစည်းမျဉ်းအဖြစ်, နို့ထွက်ပစ္စည်းများသုံးဒိန်ချဉ်၏ kozhu.Poetomu
မျက်နှာဖုံးတစ်ခုချင်းချက်မဟုတ်ပါဘူး moisturize ။ ၎င်း၏ပြင်ဆင်မှု myberem ဒိန်ချဉ်အဘို့နှင့် 37
ဒီဂရီကအပူ, ပြီးတော့ကြီးမားတဲ့ kolichestvenanosim ဆံပင်၌တည်၏။ ကျနော်တို့အမိန့်
sohraneniya tepla အတွက်ဦးခေါင်းခေါ်ပြုခြင်းစက္ကူနှင့်ထိပ်တန်း vyazhemtolstoe
သုတ်ပဝါကိုဖုံးလွှမ်း။ မိနစ် 30 မျက်နှာဖုံးထားပါ။ တဖန်သုတ်ပဝါရွှေ့သောနောက်,
ဤအိမ်မှုငွေယျာစက္ကူဦးရေပြားနှင့်ဆံကေသာဒိန်ချဉ်မှလျှောက်ထားသည်။ 3-5 မိနစ်
pomoschyupaltsev ဦးခေါင်းနှင့်အတူ Massaging နှင့်ဒိန်ချဉ်ကိုချွတ်ဆေးကြောပါ။

အောက်ပါမျက်နှာဖုံးများကိုယုံကိုကိုယ်ကိုပြင်ဆင်ပါကတစ်နေ့လျှင်သုံးစွဲဖို့အကြံပြုသည်။

burdock, olivkovoemaslo နှင့်ကြက်ဥအနှစ်ကိုယူပါ။
ဤအမှုအလုံးစုံတို့ကိုသေချာစွာရောထွေးဖြစ်ပြီး nakozhu
ဦးရေပြားနှင့်ဆံကေသာကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ အနာရောဂါငြိမ်းစရာ, moisturizing နှင့်
vosstanovleniyakozhi ဘို့သံလွင် masloyavlyaetsya အလွန်အစွမ်းထက်တဲ့ကိရိယာတခုဖြစ်တယ်။
မျက်နှာဖုံးထို့နောက်သင်ပိုကောင်းကင်း၏အကျိုးသက်ရောက်မှုကိုစုပ်ယူနှင့်မြှင့်တင်ရန် mask
ကိုကူညီလိမ့်မည်ဟု golovupolotentsem ခြုံဖို့လိုအပ်ပါတယ်, အနည်းငယ်ပူနွေးဖြစ်သင့် Apply ။

ရေနံမျက်နှာဖုံး

သံလွင်ရေနံနှင့် burdock 1 ကိုယူ: 1 သူတို့ကိုတက်နွေး zatemslegka
နှင့်အရောအနှောဦးရေပြားနှင့်ဆံခြည်မှလျှောက်ထားတာဖြစ်ပါတယ်ချိတ်ဆက်ပါ။
polotentsaukutyvaem ဦးခေါင်းနှင့်တစ်နာရီအဘို့ချန်ခွင်း။
အချိန်ကိုခေါင်းလျှော်ရည်နဲ့ပူနွေးတဲ့ရေကိုချွတ်ဆေးကြောပါ masochkus အခါ။

Maskadlya sooth ထိခိုက်မခံတဲ့ဦးရေပြား

4 stolovyelozhki ဘုစပတ်သစ်သားအရွက်ကို ယူ. 300 ml ကိုရေနွေးလောင်း, 2 ဇအဘို့အ
rastvorotstaivatsya ထားတော်မူ၏။ ထိုအခါ nastoyv ဦးရေပြားပွတ်သပ်မှ filter
များနှင့်တစ်ဦးချင်းစီအဝတ်လျှော်ပြီးနောက်။

ပျားရည်မျက်နှာဖုံး

ပျားရည်နှင့်သံလွင်ဆီ 2 ကိုယူ: 1, နှင့် slegkapodogrevaem ရောမွေပါ။ နာရီ, ပဝါနှင့်အတူတက်ခြုံ,
ဦးရေပြားမှ zatemsmyvaem လျှောက်လွှာတင်ခဲ့တယ်။

ဦးရေပြားနဲ့ဆက်စပ်သမျှသောပြဿနာများကိုအထူးသူတစ်ဦးဆရာဝန် - နာမကျန်း
prostodiskomfortny မဟုတ်, ဒီအထူးသဖြင့်ရောဂါ neobhodimodoverit trichologist ကုသခံနေရ -
နောက်ဆုံးအထိခိုက်မခံအသားအရေကြောင်းကို၎င်းအောက်မေ့!