

모발에 힘이 없고 볼륨이 쉽게 죽을 땐 '이렇게'

평소 하던 대로 머리를 손질하는데도 어쩐지 머리가 납작해보이고 볼륨이 잘 살지 않아 고민인 이들이 많다. 특히 50대 이상으로 접어든 중년이라면 두피와 모발에도 노화가 시작된 신호이다. 나이가 들수록 피부도 탄력이 떨어지고 주름이 생기듯, 두피와 모발도 노화의 영향을 받는다.



■ 헤어 롤, 헤어 제품 사용하기
헤어 롤을 사용하는 것도 좋다. 볼륨을 살리고 싶은 부위, 특히 정수리 쪽에 헤어 롤을 말고 드라이 열을 가하면 한층 더 풍성한 볼륨 연출이 가능하다. 열을 가한 뒤 충분히 식히면 더욱 볼륨이 오래 유지된다.

볼륨을 최대한 살리기 위해서는 스타일링 과정에서 볼륨을 살려주는 헤어 제품의 도움을 받는 것이 좋다. 특히 중장년층의 경우, 두피에 크게 자극이나 부담을 주지 않으면서 볼륨 스타일링이 가능한 제품을 사용하는 것이 좋다. 볼륨을 살려주는 제품은 두피와 가까운 모발 뿌리 부분에 사용하기 때문이다.

노화가 진행되면 혈액순환이 저하돼 두피에도 영양과 산소가 원활하게 공급되기 어렵다. 이런 상황이 지속되면 모낭이 위축되고 모발의 보호막 역할을 하는 큐티클 층이 손상돼 모발이 가늘어지고 힘없이 처지게 된다. 자연스럽게 헤어 볼륨이 사라지는 것이다. 이럴 때 간단한 스타일링 방법만 익히면 생각보다 쉽게 볼륨을 살릴 수 있다.

■ 고개 숙이고 머리 말리기



샴푸 후 머리를 말릴 때 고개를 숙이고 말리면 자연스럽게 뒷머리의 볼륨도 어느 정도 풍성하게 커버할 수 있다.

또 머리를 가르마 반대편으로 넘겨 말린 뒤 원래 가르마 방향으로 다시 넘기면 한층 더 볼륨이 살아난다.

드라이어 사용할 때에는 '약풍'으로 말린다. 머리를 숙여 잘 말린 후, 볼륨을 더하고 싶은 부분의 머리카락을 조금만 잡고 뿌리 부분에 약한 바람을 살짝 주고 빼는 것을 반복하면 볼륨이 잘 살아난다.



볼륨을 살리는 제품은 샴푸 후 타월로 가볍게 물기를 제거한 뒤, 볼륨을 원하는 부위에 뿌리고 드라이를 하는 방식으로 사용하면 된다. 잦은 드라이에 모발이 손상돼 머릿결이 푸석하다면 촉촉함과 볼륨을 모두 잡을 수 있는 무스 타입을 사용하는 것도 좋다.

두피와 모발 탄력이 저하되기 시작하면 회복이 쉽다. 그러므로 모발과 두피가 건강하더라도 꾸준한 관리가 필요하다. 자신의 두피와 모발 상태를 정확히 진단하고, 적절한 샴푸와 헤어 케어 제품을 사용해 미리 관리해주는 것이 중요하다.

또한 샴푸로 모발을 청결하게 유지하는 것처럼 두피도 주기적인 스케일링이 필요하다. 두피 팩이나 두피 에센스 등을 활용해 깨끗하게 관리해야 한다.

백세건강지킴이
세리토스,
다우니, 롱비치,
실비치 지역등
노약사에게 전화주세요.



- 저렴한 가격
- 시니어 약 전문상담
- 25년 병원 임상경험

약사 노혜경
Pharm.D.
Board Certified
Pharmacotherapy Specialist

Howard Drugs

Del Amo Blvd. 와 Pioneer Blvd.
MART 옆

20141 PIONEER BLVD.
LAKEWOOD, CA 92715
(562) 866-6011



This pharmacy is independently owned and operated under a license from Health Mart Systems, Inc.

구이마을

푸짐하고 맛있는 집으로 소문난

참숯불 구이 • BBQ 콤보

구이마을 별미
꼼장어

강력추천!!!
곱창, 구이, 볶음

숯불구이 유기농야채
다양한 콤보스페셜

구이마을 추천
황태구이

대창구이, 곱창구이, 막창구이, 푸꾸미찜, 아구찜

런치스페셜

714.484.9292

8535 Knott Ave., Buena Park, CA 90620

Valley View

Crescent

Knott

Market

Beach

www.unicaresurgery.com

애나하임

쾌적한 병원시설에서 만족한 의료시술을 경험하십시오.

UNICARE SURGERY CENTER

유니케어 수술센터
Tennis Elbow 시술센터

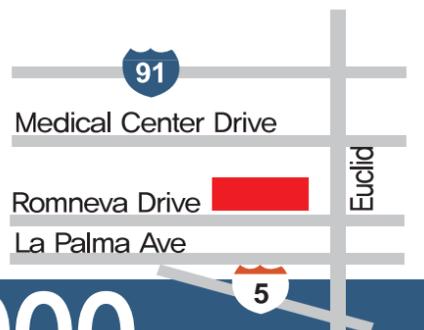


- 테니스엘보우 시술 • 관절수술/골절수술/척추수술
- 각종 통증수술

- ▶ UNICARE SURGERY CENTER
- ▶ Orthopedic/Podiatry/Plastic/Hand & General Surgery
- ▶ 줄기세포(Stem Cell), 자가혈청치료(PRP)
- ▶ 각종 수술 상담

미국보드 전문의와 최신 의료장비와
진료시스템으로 정확한 진단, 시술을 해드립니다.

각종 PPO보험/교통사고, 직장상해보험/메디케어 취급, 여행자보험, 기독의료상조



UNICARE
SURGERY CENTER

714-332-5000

1741 W. Romneva Dr. #B, Anaheim, CA 92801