

Влияние средств по уходу за волосами на их качество.

Козьмиди Е.Э.

ХИМИЯ

*10 класс, РЦ «Медицинский Сеченовский Предуниверсарий»
ФГАОУ ВО Первый МГМУ им. И.М. Сеченова Министерства
здравоохранения России
(Сеченовский Университет)
г. Москва.*

*Научный руководитель: Нестерова О.В., преподаватель, РЦ «Медицинский
Сеченовский Предуниверсарий»
ФГАОУ ВО Первый МГМУ им. И.М. Сеченова Министерства
здравоохранения России
(Сеченовский Университет)*

Мир спасет красота.

Ф. Достоевский

Эти слова классика мы связываем прежде всего с красотой внутреннего мира, забывая порой о внешней красоте, считая это делом второстепенным. А ведь наш внешний облик должен вызывать положительные эмоции у

окружающих нас людей. И прическа играет в этом чуть ли не основную роль, являясь частью имиджа человека. Это значит, что волосы должны быть красивыми и здоровыми. Этим обусловлена актуальность выбранной темы.

Известно, что состояние волос зависит от нашего настроения. Когда мы испытываем душевный подъем, выделяется гормон счастья – эндорфин, который оказывает благотворное влияние на весь организм, в том числе и на волосы. А вот стрессы их портят, делают ломкими и безжизненными. Не случайно в народе говорят: «От радости волосы вьются, а от горя – секутся». Зная, что они являются лучшим украшением любого человека в любом возрасте, мы должны их беречь и правильно за ними ухаживать. Роскошные волосы придают нам уверенность в себе, что ведет к профессиональным успехам, а также они являются показателем нашего здоровья.

Цель исследования: нахождение эффективных способов сохранения здоровых и красивых волос.

Задачи исследования:

- изучить строение волос;
- выяснить причины их заболевания;
- исследовать средства, приобретённые в магазине и изготовленные в домашних условиях;
- сделать выводы;
- провести опрос парикмахеров с большим опытом работы о применении ими средств по уходу за волосами, являющимися, на их взгляд, наиболее эффективными;
- провести параллель между заболеваниями организма и состоянием волос;
- разработать рекомендации по уходу за ними.

Гипотеза: натуральные домашние средства по уходу за волосами эффективнее, чем изготовленные промышленным способом и приобретённые в магазине.

Поверья, связанные с волосами, существуют почти у всех народов. Они традиционно считалисьместилищем жизненной силы, поэтому маленьких детей обычно не стригли до определённого возраста.

В православии при крещении, а также при посвящении в монашество существует обряд пострижения.

В русских народных сказках волосы девушек приобретают особое сакральное значение. Это находит своё отражение и в названиях сказок: «Варвара-краса, длинная коса», «Сказка о Василисе, золотой косе, непокрытой красе, и об Иване Горохе».

В причёске отражается уровень культуры народа и его вкусы. В эпоху раннего ренессанса причёска была сконструирована на затылке, а на передней части головы волосы выбривались с целью получения высокого и чистого лба. В век рококо придерживались взгляда, что совершенную гармонию даёт деление на две части: голова с огромным сооружением из волос являлась одной половиной, тело – другой. Полностью противоположной точки зрения придерживаются в наши дни. Голова и причёска считаются гармоничными, если они вместе составляют $1/7$ часть длины тела [1].

Строение волоса человека.

Волос состоит из двух укрупнённых частей:

- Стержень - наружная, видимая часть волоса, выступающая над поверхностью кожи.
- Корень (фолликул) - часть волоса, расположенная внутри тканей кожного покрова с окружающими его тканями и включающая волосяно-железистый комплекс (сальная и потовая железы; мышца, поднимающая волос; кровеносные сосуды и нервные окончания) [2].

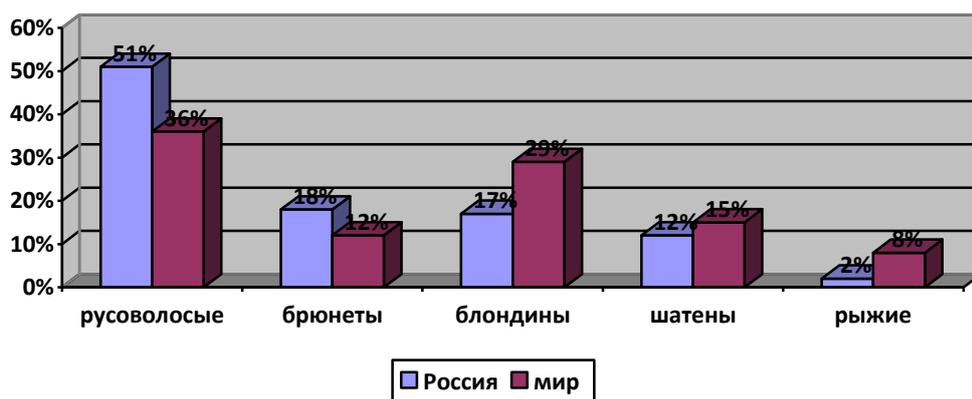
Из-за особенностей в строении волоса люди могут иметь прямые или кудрявые волосы. Также на форму волос влияет форма фолликула. Этот параметр закладывается генетически и повлиять на него нельзя.

Формы фолликула бывают следующие: круглая — волосы растут прямо; овальная — пряди будут склонны к лёгкому завиванию; бобовидная — кудрявые волосы [3].

Одними из важнейших параметров волос являются длина и толщина. Максимальная длина нестриженных волос определяется, в первую очередь, расовой принадлежностью человека. Самые короткие — у негроидов, самые длинные — у монголоидов. Длина у представителей европейской расы занимает среднее, промежуточное положение.

Обладателями самых толстых волос оказываются рыжие (100 микрон), второе место занимают брюнеты (75 микрон), затем следуют шатены и блондины (у последних толщина составляет в среднем всего 50 микрон).

Цвет волос у людей в России и мире.



Как видно из диаграммы, в России больше русоволосых и брюнетов, но меньше блондинов, шатенов и рыжеволосых в сравнении с мировыми показателями.

Несмотря на то что наше тело на 60% состоит из воды, в волосах воды в пределах 15%. Основа наших локонов — белок, именуемый кератином. Также в локонах содержится от 4 до 8 % жировых веществ и холестерина, железа, мышьяка, азота и серы (входит в состав кератина) .

Наши волосы способны накапливать в себе различные химические вещества. Все, что мы едим и пьём, отражается на их состоянии. Загрязненность окружающей среды тоже оставляет свой след на волосах.

Состояние волос прямо пропорционально зависит от того, что человек употребляет в пищу.

Включение в рацион питания свежих овощей и фруктов, отварного или приготовленного на пару постного мяса, молочных продуктов, свежей огородной зелени будет приводить к улучшению и оздоровлению состояния волос. Особый вред для волос может приносить пища под названием «фаст-фуд».

При истощении нервной системы, переутомлении, депрессии наблюдается сухость и ломкость волос, сопровождающиеся появлением перхоти.

При сильных стрессах может возникнуть очаговое «гнездовое» облысение.

Другой причиной поражения волос являются разные виды интоксикации организма (инфекционные, пищевые, связанные с беременностью и др.). Частой причиной сухости и выпадения волос является неправильный уход за ними и травмирующие действия. Это может быть частое использование щелочного мыла, горячего фена, грубое расчесывание, солнечная повышенная активность в сочетании с сухим ветром (на море), а также длительное ношение одного вида причёски (например, конский хвост и пробор).

От того, насколько правильно подобран шампунь, зависит густота и красота волос. Чрезмерно частое мытьё так же вредно для шевелюры, как и редкое. Мыть голову желательно не чаще двух раз в неделю.

Следует отметить и пагубное влияние окружающей среды. Солнечный свет и ультрафиолетовые лучи разрушают содержащиеся в волосах кератин и меланин, ослабляя их структуру. Помимо этого, волосы теряют воду из-за низкой влажности, которая характерна для холодного времени года.

Проанализировав состав шампуней, выявили, что в состав большинства из них входят следующие компоненты:

- Вода (aqua). Вода составляет около 80 % всех компонентов.
- Поверхностно-активные вещества (ПАВ).
- Моющие средства, которые очищают волосы.
- Воск.
- Смягчающие компоненты.
- Силиконовые масла.
- Увлажнитель.
- Спирты.

Были изучены физические свойства основных марок шампуней. В процессе изучения определяли цвет, запах, консистенцию, химический состав. Большинство ингредиентов синтетического или полусинтетического происхождения, а это не является показателем качественного продукта.

Профессиональная косметика имеет определенные плюсы:

- средства разработаны специально для решения определенных проблем с волосами: остановить выпадение волос и восстановить рост новых или решают такую проблему, как сеченые кончики волос и т.д.;
- профессиональные средства по уходу за волосами позволяют правильно их выбрать, учитывая при этом состояние и тип волос, защитить волосы от ультрафиолетовых лучей, морской или хлорированной воды;
- профессиональные средства эффективны и просты в применении;
- благодаря профессиональным средствам, волосы обретают новую силу, становятся гладкими, объемными, здоровыми и красивыми.

Минусы: содержание большого количества химических добавок влияет на здоровье волос не всегда положительно.

Маски, которые готовятся в домашних условиях, лучше всего подойдут для кожи головы. Чтобы доказать или опровергнуть эффективность различных масок, приготовленных по народным рецептам, провела исследование на собственных волосах, изготовив яичную маску для волос, медовую маску, горчичную маску.

1. Плюсы применения народных средств:

- экономичность; доступность и дешевизна компонентов;
- экологичность компонентов;
- отсутствие химических добавок.

2. Минусы использования домашних масок:

- затрачивается много времени на их приготовление;
- результат неизвестен;
- невысокая эффективность по сравнению с готовыми.

По результатам исследования были сделаны следующие выводы:

1. У натуральных домашних масок примерно одинаковое количество минусов и плюсов.

2. У профессиональных средств по уходу за волосами преимуществ больше, чем недостатков.

3. Гипотеза, что натуральные домашние средства по уходу за волосами эффективнее влияют на качество волос, чем готовые, приобретённые в магазине, не подтвердилась.

И в заключение приведу примеры некоторых рекомендаций по уходу за волосами.

1. Мыть волосы необходимо по мере загрязнения. Обычно 1-2 раза в неделю (это индивидуально), теплой водой, пар от нее идти не должен. Оптимальная вода для мытья волос 35 – 40 градусов. Причем чем волосы более жирные, тем прохладнее должна быть вода.

2. Шампунь во время мытья головы необходимо наносить два раза. Во время первого мытья волосы очищаются от укладочных средств, стайлинга, масел, пыли. Во время второго вспенивания очищается кожа головы от кожного сала: шампунь будет пениться больше, что позволяет тщательно промыть корни, кожу головы и волосы по всей длине. Смывайте шампунь прохладной водой - это придаст им блеск. Используйте шампунь для вашего типа волос, а не из серии "для всех типов".

3. Во время мытья не забывайте делать массаж головы - это улучшит кровоток и питание корней волос. После мытья нужно обязательно применять бальзамы и кондиционеры. Они приглаживают чешуйки, нейтрализуют действие жесткой воды, снимают статическое электричество.

4. Не держите фен близко к волосам, а также долго на одном месте, вы можете пересушить волосы, сделав их ломкими.

5. Вытирайте волосы после мытья правильно: мокрые волосы очень ломкие, их нельзя тереть, тянуть или выкручивать - это портит их. Достаточно мягко промакивать по одной пряди полотенцем с двух сторон либо завернуть их в него.

6. Расчёсывайтесь часто. Желательно делать это деревянным густым гребнем или массажной щеткой - это улучшает кровообращение. Во время расчесывания волос двигайтесь от концов вверх. Если длина волос большая, то придерживайте пряди ближе к коже головы, чтобы не давать нагрузку на корни. Короткие волосы нужно расчесывать от корней, а длинные – с концов.

Чаще распускайте волосы, давайте им отдохнуть от причесок, заколок, резинок.

7. Производители красителей для волос рекомендуют использовать продукты для домашнего ухода за волосами тех брендов, краситель которых был использован в окрашивании, так как формула красителя и состав средств для домашнего ухода дополняют друг друга.

8. Летом наши волосы страдают от избытка ультрафиолета, а зимой от пересушенного воздуха. Чтобы избежать негативных последствий этих

факторов, носите в эти сезоны головные уборы, а также применяйте защитные средства для ухода.

9. Для ухода за волосами можно использовать базовые и эфирные масла. Лучшие эфирные масла для волос: лаванда, ромашка, мята, розмарин, чайное дерево, лимон, мирра, базилик, кедр, шалфей, эвкалипт, тимьян. Лучшие базовые масла для волос: жожоба, оливковое, кокосовое, репейное, касторовое авокадо [4].

10. Не забывайте про правильное питание, способствующее здоровью не только всего организма, но и волос, избегайте продуктов с искусственными пищевыми добавками.

11. Чтобы смыть с волос кожное избыточное сало, пользуйтесь шампунем, чтобы смыть щелочь после шампуня, пользуйтесь кондиционером (бальзамом).

12. Если волосы выглядят сальными, а вам некогда мыть их, слегка обсыпьте массажную щетку для волос тальком или детской присыпкой, а затем прочешите волосы, следы талька стряхните.

13. При очень редких волосах совсем откажитесь от мыла и мойте волосы черным хлебом, простоквашей или яичным желтком.

14. Росту волос способствует ополаскивание их после мытья настоем из крапивы.

Это интересно.

В 16 веке опростоволосить женщину, то есть открыть у нее волосы, значило – нанести ей оскорбление. В древности волосам приписывалась таинственная сила, поэтому и в настоящее время с ними надо уметь правильно разговаривать и договариваться.

Древние греки верили, что люди с рыжими волосами после смерти превращаются в вампиров [5].

У большинства женщин Средней Азии прекрасные волосы. Они моют голову без мыла кислым молоком или простоквашей, что очень полезно для волос. Их втирают в кожу головы на полчаса, а затем моют теплой водой.

Теплая погода стимулирует рост волос, в то время как холодная тормозит его.

Кстати, волосы на нашей голове в состоянии выдерживать вес двух слонов! [6].

Будьте здоровы и красивы!

Литература:

1. Грин Н., Стаут У., Тейлор Д. Биология, М.: Мир, 1993. Т. 3. – 373 с.
2. Женская мудрость. 3577 фактов и советов, которые должна знать каждая женщина о своем здоровье и стиле/ Пер. с англ. И.А. Литвиновой. – М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2003. – 611 с.
3. Косметика на каждый день. - Смоленск: Русич, 2002. – 448 с.
4. Сапин М.Р., Брыксина З.Г. Анатомия человека. М.: Просвещение, 1995. – 461 с.
5. ИА Инфониак [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.infoniac.ru/news/50-zanimatel-nyh-faktov-o-volosah.html> (дата обращения 07.03.2021).
6. FullPicture.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fullpicture.ru/nauka/30-interesnyh-faktov-o-volosah-kotorye-vy-ne-znali.html> (дата обращения 07.03.2021).