



تاریخ
۹
آذر
۱۴۰۱
چهارشنبه

هر شماره؛معرفی یک موضوع در حوزه سلامت از جنبه‌های مختلف این شماره: پروتئین تراپی مو

صفحه
۶
شماره
۳۵۱۵
سال
بیست و هشتم



پروتئین تراپی مو چیست ؟

در ابتدا اجازه دهید بگویم که درمان پروتئین مو یا پروتئین تراپی مو در واقع چیست ؟ به بیان ساده اگر بگویم ، موهای ما خود پروتئین است. پروتئینی به نام کراتین که تارهای موهای ما از آن ساخته شده است و موهای ما را سالم ، قوی و پر جنب و جوش و پر انعطاف و در عین حال سفت نگه می دارد.

سایت مه زیبا می نویسد: اما با گذشت زمان و آسیب دیدن مو در اثر استفاده از رنگ مو ، روش های نا صحیح نگهداری مو ، استفاده زیاد از لوازم برقی حالت دهی مو مثل سشوار و یا اتو مو و یا فر کننده ها ، آلودگی های محیطی ، و سایر مواردی که خیلی برای موهای شما مفید نیستند ، کراتین شروع به تجزیه می کند.

برخی از عادات خاص در زندگی و همچنین رژیم های غذایی ناصحیح نیز می تواند منجر به کمبود کلی کراتین در بدن شود ، از آنجا که حفظ یک رژیم غذایی متعادل و سرشار از پروتئین برای رشد بهتر مو و داشتن موهایی سالم ضروری است (حتی برخی ادعا می کنند که برخی غذاهای سرشار از پروتئین می توانند باعث رشد سریعتر مو شوند!) ، عدم مصرف پروتئین کافی می تواند باعث ریزش مو شود.

ترکیبی از رژیم غذایی نامناسب و آسیب های ناشی از عادت بد زندگی و حالت ناصحیح مو و استفاده از ابزار های غیر استاندارد بر روی مو باعث می شود تا تارهای موهای شما به مرور شکسته و باعث ناخوشایند شدن موها شود. این زمان همان زمانی است که شما ممکن است به کمک درمان پروتئین مو یا پروتئین تراپی نیاز داشته باشید.

درمان پروتئینه مو (پروتئین تراپی) ، یعنی استفاده از محصولی که سرشار از پروتئینی باشد که مو به راحتی بتواند آن را جذب کند و برای تقویت و ترمیم کراتین مو مفید باشد. جهت انجام پروتئین تراپی شما می توانید یک محصول پروتئین مو را از یک فروشگاه لوازم آرایشی و مراقبت از مو و یا از فروشگاه های آنلاین یا داروخانه ها خریداری کرده و بر روی موهایتان استفاده کنید و یا از یک ترکیب پروتئین خانگی برای این کار استفاده کنید و یا به یک سالن زیبایی رفته و یک متخصص زیبایی برای شما این کار را انجام دهد. (در انتهای این مقاله دو روش پروتئین تراپی در خانه آورده شده است)

پروتئین تراپی مو در واقع چه کاری یا موهایمان می کند ؟ (نحوه عملکرد پروتئین تراپی)

درمان پروتئینه مو با اتصال پروتئین های هیدرولیز شده به کوتیکول مو و سفت تر و سخت تر کردن لایه کوتیکول ، به اصلاح رشته های مو کمک می کند.

اگر سوراخ ها یا روزنه هایی در کوتیکول مو وجود داشته باشد ، به کمک پروتئین تراپی مو این شکاف ها پر شده و سدی در اطراف ساقه مو قرار می گیرد تا از آسیب های بعدی به مو جلوگیری شود و یا این آسیب ها کاهش یابد. و به این ترتیب ، درمان پروتئینه مو به تقویت و ترمیم موهای آسیب دیده شما کمک می کند.

آیا پروتئین برای موهای شما مفید است ؟

استفاده از درمان پروتئین بر روی موهای شما فواید بسیاری دارد. این روش می تواند یک روش خارق العاده برای ترمیم موقت موهای آسیب دیده ما پر کردن شکاف های کوتیکول مو باشد ، شکاف هایی که ناشی از حالت دهی زیاد به مو با وسایل گرم شونده است و یا در اثر عوامل محیطی مانند آلودگی در مو ایجاد می شود. پروتئین تراپی همچنین در کاهش شکستگی مو ها و صاف ، محکم و براق تر شدن موها نیز بسیار موثر است.

آیا پروتئین درمانی یا پروتئین تراپی می‌تواند به مو آسیب برزند؟ (عوارض پروتئین تراپی)

اما ، اگر می خواهید برسید ، آیا درمان های پروتئینه مو می تواند به مو آسیب برسانند؟ ، پاسخ این است که استفاده بیش از حد از این روش های درمانی می تواند عوارض جانبی داشته باشد. افزودن مقدار زیادی مو بازیایی به موهای شما می تواند باعث خشکی و شکنندگی مو شود ، بنابراین اولین قدم شما باید بررسی میزان دفعات استفاده از پروتئین برای درمان – و ادامه آن باشد.

علاوه بر این، در کنار اکثر درمانهای پروتئینی ، باید درمان حالت دهی عمیق مو نیز انجام شود ، (استفاده از کاندیشنر یا نرم کننده) تا رطوبت مو بازیایی و احیا شود ، و از سیخ شدن موهای شما جلوگیری کند.

هر چند وقت یکبار می توان پروتئین تراپی کرد ؟

اینکه هر چند وقت یکبار موهای خود را پروتئین درمانی کنید ، به نوع درمان یا موادی که برای این کار انتخاب می کنید و همچنین نوع موی شما بستگی دارد. برخی از انواع ملایمتر از مواد پروتئین می توانند بیشتر استفاده شوند (به عنوان مثال هفته ای یکبار) ، در حالی که اگر از مواد و یا محصولات قوی تر استفاده کنید ، تعداد دفعات باید کمتر باشد (هر ۴ تا ۶ هفته یک بار) و با مراقبت و احتیاط بیشتر! قبل از استفاده از یک محصول برای پروتئین درمانی ، برجسب آن را بخوانید تا ببینید چقدر باید استفاده شود – در این حالت به موهای خود نیز لطف خواهید کرد!

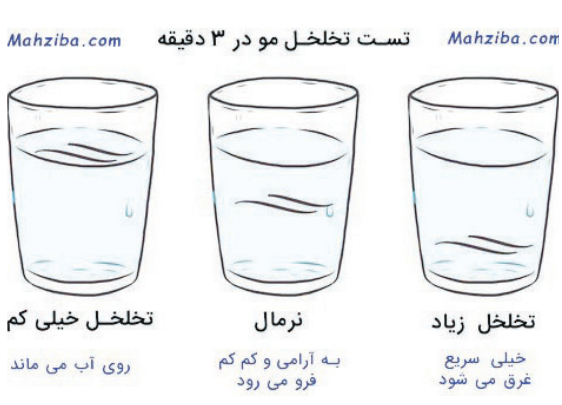
چرا و چه زمانی موهای شما به پروتئین نیاز دارد ؟

قبل از اینکه به دنبال مناسب ترین مواد پروتئین مو برای موهای خود بگردید ، ممکن است از خود پرسید ، آیا موهای من اصلاً به پروتئین نیاز دارد یا خیر؟ برای شروع این یک سوال عالی است – همیشه به انجام پروتئین تراپی نیاز نیست.

بسیاری از مردم فکر می کنند داشتن موی خشک نشان می‌دهد که موهای آنها به پروتئین بیشتری نیاز دارد. با این حال ، خشکی به تنهایی دلیل کافی برای انجام درمان پروتئین مو نیست. اگر موهای شما خشک است ، ابتدا یک نرم کننده و حالت دهنده را امتحان کنید تا رطوبت از دست رفته به موهای شما برگردد. فقط در صورت عدم موفقیت با استفاده از محصولات حالت دهنده و نرم کننده ، باید درمان پروتئین مو یا پروتئین تراپی را امتحان کنید.

در اینجا ۵ علامت که نشان دهنده نیاز موهای شما به درمان پروتئین است را بررسی می کنیم :

موهای شما قابلیت ارتجاعی یا کشسانی خود را از دست داده است. یکی از نشانه های واضح که نشان می دهد موهای شما به کمک پروتئین نیاز دارد ، از بین رفتن قابلیت ارتجاعی یا کشسانی است. این ترفند کوچک را امتحان کنید: یک رشته کوچک از موهای خود را بردارید ، و آن را به آرامی کش دهید. اگر این رشته پس از کشیده شدن به حالت طبیعی خود برنگردد یا حتی بد تر شود ، این احتمال وجود دارد که موهای شما



به درمان پروتئین مو نیاز دارد. در صورتی که موهای خود را زیاد رنگ کرده اید. اگر موهای شما زیاد رنگ شده باشد ، این احتمال وجود دارد که موهایتان به پروتئین بیشتری نیاز داشته باشد. موهایی که رنگ شده اند بسیار متخلخل و حتی در معرض آسیب بیشتری نسبت به موهای طبیعی هستند. پروتئین تراپی مو به تقویت موهای رنگ شده کمک می کند و باعث حفظ مو و داشتن تارهای سالم و قوی مو می شود.

شکستگی و ریزش مو . در حالی که از دست دادن ۱۰۰ تار مو در هر روز کاملاً طبیعی است ، و نباید زنگ خطر را به صدا درآورد ، ریزش بیش از حد مو می تواند نشانه کمبود پروتئین در موهای شما باشد. مخصوصاً اگر این ریزش و شکست مو از ریشه مو نباشد (بر سر رشته مو نقطه سفید نباشد). زمانی که نقطه ای سفید را بر روی ریشه مو می بینید ، به این معنی است که مو نشکسته بلکه از ریشه ریخته است. اگر این سفیدی مشاهده نشد ، این بدان معنی است که موهای شما به راحتی می شکنند – و شاید لازم باشد برای تقویت آن به درمان پروتئین مو متوسل شد.

زمانی که موهای شما شلخته و سست است. داشتن این نوع مو نیز نشانه دیگری است که نشان می دهد ممکن است موهای شما به پروتئین تراپی نیاز داشته باشد. پروتئین به احیای رشته های مو کمک می کند و باعث می شود تا شلختگی و افتادگی و سستی مو ها زیاد مشخص نباشد. تخلخل زیاد : اگر موهای شما بسیار متخلخل است ، به احتمال زیاد شکاف و پارگی در رشته ها وجود دارد که باعث آسیب پذیری بیشتر آن می شود.

از آنجا که این نوع موها اغلب مقدار زیادی آب جذب می کنند ، در چنین حالتی گره خوردن و موخوره ممکن است بسیار برای شما آشنا باشد . درمان با پروتئین به موهای متخلخل کمک می کند تا مو غذایی مورد نیاز خود را بدست آورد و شکاف ها پر طرف گردند. برای اینکه بدانید موهای شما متخلخل است یا خیر کافیتست یک آزمایش کوچک را انجام دهید : رشته ای از موهای خود را در یک کاسه آب کم عمق قرار دهید. اگر مو فرو رود ، موی شما بسیار متخلخل است.

انجام پروتئین تراپی در خانه (روش خانگی درمان پروتئین مو)

اکثر درمان ها یا مواد کراتینه و پروتئینه برزیلی موجود در بازار امروزه حاوی مواد شیمیایی هستند و علت استفاده از مواد شیمیایی در این محصولات به منظور ماندگاری بیشتر اثر استفاده از محصولات بر روی مو است ، اما عموماً این مواد سرطانزا هستند و توصیه ما استفاده از دیگر روش های درمان کراتینه و پروتئین تراپی و استفاده از محصولات امن تر است، اگر چه ماندگاری این روش ها کمتر است اما در عوض امنیت و سلامت شما را تضمین می کند. سرم کراتین ، آرگان و پروتئین سیلک رود تایتان کازمتیک ساخت کشور کانادا یکی از استانداردار ترین و منحصر به فرد ترین فرمولاسیون های حال حاضر دنیا حاوی سه ماده کراتین هیدرولیز شده + پروتئین هیدرولیز شده و روغن آرگان خاصی با خاصیت های زیر است :
حفظ رطوبت و درخشندگی رنگ مو (تقویت رنگ مو)
صافی موها و ابریشمی شدن موها

سرشار از غنی ترین منابع گیاهی پروتئین به منظور پروتئین تراپی مو و تقویت پروتئین مو

جلوگیری از شکستگی و وز شدن موها

اگر انجام پروتئین تراپی در یک سالن زیبایی برای شما پر دردسر یا پر هزینه است نگران نباشید ، روش های جایگزین نیز وجود دارند که می توانید در خانه به منظور ترمیم پروتئین و کراتین مو انجام دهید ، تا انتهای این مقاله با ما همراه باشید تا به شما کمک کنیم موهای شکسته خود را دوباره به سلامت طبیعی خود برگردانید.

برای ساخت یک درمان پروتئین در خانه می توانید از چند ماده سرشار از پروتئین استفاده کنید که به راحتی می توانید در آشپزخانه خود پیدا کنید.

این مواد می توانند از عسل ، تخم مرغ ، آووکادو ، موز ، شیر نارگیل کره شی یا شی باتر ، روغن زیتون ، روغن کرچک ، سرکه سیب ، سس مایونز یا ماست یونانی باشند.

آنچه برای ساخت این درمان پروتئین برای موهای طبیعی نیاز دارید :

فنجان سس مایونز

۱ قاشق غذاخوری روغن نارگیل

۲ عدد تخم مرغ

چگونه این ترکیب را آماده کنیم ؟

تخم مرغ را در یک کاسه بشکنید.
فنجان سس مایونز و یک قاشق غذاخوری روغن نارگیل اضافه کنید.
سس این مواد را به درستی مخلوط کنید یا از مخلوط کن برای داشتن بافت ریزتر استفاده کنید.

برای استفاده از این ترکیب درمان پروتئینه مو بر روی موهای طبیعی خود ، ترجیحاً با موهای تازه شامپو شده شروع کنید.

ابتدا موها را به ۴ قسمت تقسیم کرده و این درمان پروتئین را به هر قسمت بمالید و مطمئن شوید که تا انتهای مو را کاملاً می پوشانید.

حتی بر روی پوست سر خود نیز این ترکیب را بزیند و ماساژ دهید و برای هر قسمت از مو تکرار کنید.

موهای خود را با کلاه حمام یا کیسه پلاستیکی بپوشانید و اجازه دهید حدود ۲۰ دقیقه بماند. برای این مرحله می توانید حتی زیر خشک کن هم بنشینید.

در نهایت موهای خود را با آب گرم بشویید.

هر شماره؛معرفی یک موضوع در حوزه سلامت

از جنبه‌های مختلف

این شماره: پروتئین تراپی مو

پروتئین تراپی برای موهای ضعیف ، خشک و شکننده راه حلی موثر است. کراتین پروتئین طبیعی در موها می باشد که بسیار مستعد آسیب‌های ناشی از در معرض آفتاب بودن ، باد ، آلاینده ها و مواد شیمیایی است. درمان های پروتئینی در انواع مختلفی هستند و مو را تقویت و صاف می کنند. پروتئین تراپی برای درمان آسیب موهای خفیف استفاده می شوند و به طور منظم هر ۱-۲ ماه مفید انجام می شود.

حالت دهنده و مرطوب کننده

سایت شبنم حضرتی می‌نویسد: این روش های درمانی برای موهای آسیب دیده مفید می باشد و همچنین به عنوان حالت دهنده مو نیز مو ایده آل است.پروتئین تراپی به دلیل خاصیت مرطوب کنندگی بالا توصیه می شود هر دو هفته یک بار استفاده شود.

ترمیم کننده

اگر از پروتئین ها به عنوان ترمیم کننده برای درمان موهای آسیب دیده هر دو هفته یک بار ضروری است.

مزایا و فواید پروتئین تراپی برای موهای طبیعی

نرم کنندگی: پروتئین تراپی با از بین بردن سلول های مرده پوست سر و افزودن پروتئین به آن ، موها را حالت دهنده و نرم می کند.
تقویت مو: با وارد شدن پروتئین های هیدرولیز شده به فولیکول های مو آنها را سخت و محکم و تقویت می کند.

مرطوب کنندگی: با از بین رفتن سلول های مرده پوست سر با پروتئین‌ها موها به طور موثر تر مرطوب می شوند.

حجج دهنده: در نهایت پروتئین تراپی موهای شما را ضخیم تر ، بلندتر و سالم تر می کند.

لانم و آثاری که موها به پروتئین تراپی نیاز دارند:

از بین رفتن قابلیت ارتجاعی مو: برای امتحان قابلیت ارتجاعی موهای خود رشته کوچکی از موهای خود را به آرامی بکشید. اگر این رشته پس از کشیده شدن به حالت طبیعی خود برنگردد به این معنی است که موها نیاز به درمان دارند.

موهای رنگ شده : با رنگ کردن موها پروتئین اش کاهش می یابد و در معرض آسیب بیشتری نسبت به موهای طبیعی می شود و درمان پروتئینی به تقویت و حفظ موهای سالم و قوی مو کمک می کند.
ریزش مو: گرچه از ریزش حداکثر ۱۰۰ رشته مو در روز کاملاً طبیعی است اما ریزش بیش از حد می تواند نشانه کمبود پروتئین موها باشد.
منصوصاً اگر مو از ریشه (پیاز سفیدی نداشته باشد). بدان معناست که موهای شما به راحتی می شکنند – و شاید لازم باشد برای تقویت آن به درمان های پروتئینی متوسل شوید.

موهای مجعد و فرفری: داشتن موهای صاف عامل دیگری برای پروتئین تراپی است. پروتئین به احیای رشته های مو و صافی آنها کمک می کند

گره خوردن و موخوره: موهایی که دچار موخوره می شوند به شدن به آب زیادی نیاز دارند و پروتئین تراپی کمک می کند به تغذیه مواد مورد نیاز موها می کند و موخوره ها ها را برطرف می کند.
آزمایش موخوره: رشته ای از موهای خود را در کاسه ای کم عمق از آب قرار دهید اگر موها فر خورد یعنی متخلخل و موخوره هستند.

درمان های پروتئینی بخشی اساسی در حفظ سلامت و انعطاف پذیری موها هستند و نود درصد موهای از پروتئین تشکیل شده‌است که بیشتر آنها کراتین هستند.

وقتی مو در معرض مواردی مانند آفتاب ، باد ، آلاینده ها ، گرما و مواد شیمیایی قرار گیرد ، پروتئین ها تجزیه می شوند. موهای رنگ شده ، یا موهایی که از ابزارهای گرم کننده برای حالت دهی استفاده می کنند آنها را بیشتر در معرض آسیب قرار می دهند. این آسیب ها باعث از بین رفتن قابلیت ارتجاعی مو و خشک و شکننده شدن آن می شود.شما با پروتئین درمانی مانعی محافظتی اطراف موهای خود ایجاد می کنید. به این ترتیب که پروتئین های اضافی بر روی فولیکول مو قرار می گیرد و سوراخ ها یا شکاف های موجود در کوتیکول مو را می پوشاند.

برای درمان دائمی پروتئین تراپی به صورت منظم توصیه می شود البته به این نکته توجه داشته باشید که پروتئین درمانی کار ویژه ای است که نیاز به برقراری تعادل پروتئین و رطوبت مو دارد همچنین پروتئین‌تراپی بستگی به نوع درمان و نوع موی شما دارد . برخی از انواع درمان های پروتئینی را می توان بیشتر استفاده کرد (به عنوان مثال هفته ای یکبار). در حالی که برخی دیگر از درمان های باید کمتر (هر ۴ تا ۶ هفته) و با مراقبت بیشتر استفاده شود.

سوالات متداول برای پروتئین درمانی مو

آیا می توانم درمان پروتئین در خانه انجام دمم ؟

اغلب ما تا کلمه مراقبت از مو را می شنویم به فکر درمان های خانگی با هزینه ای کمتر می اقیتم اما همیشه موارد و نکاتی وجود دارد که باید به متخصصان سپرد. اگرچه انجام درمان های پروتئینی در خانه آسان به نظر برسد ، اما اگر تازه وارد هستید انجام آن در سالن های معتبر آرایش توصیه می شود.

درمان های پیشرفته تر پروتئین درمانی نیز اگر درست و به اندازه استفاده نشود موها را زیر می کند بنابراین بهتر این درمان تحت نظارت متخصصان مو به صورت ایمن انجام شود.

چند بار باید پروتئین تراپی انجام می شود؟

اولین درمان های پروتئین تراپی باید به صورت هفتگی به مدت یک ماه انجام شود. پس از آن یک یا دو بار در ماه در ماه کفایت می کند این نکته را توجه داشته باشید که استفاده بیش از حد از درمان های پروتئینی ممکنه تاثیر عکس داشته و موها را خشک کند. بنابراین قبل از درمان همیشه دستورالعمل های موجود را با آرایشگر خود یاف ردی متخصص شبنم حضرتی مشورت کنید.

بسیاری متخصصان مو پاسخ متفاوتی بر اساس وضعیت موها ارائه می‌دهند. درمان های پروتئینی به ویژه درمان های پیشرفته باید هر ۴ تا ۶ هفته انجام شوند.درمان های پروتئینی به چند دلیل باید بسیار کم استفاده شوند ، اول اینکه استفاده بیش از حد منجر به پروتئین اضافی و شکستگی می شود و هیچ مزیتی ندارد.

بعد از پروتئین تراپی باید چکار کرد؟

در پروتئین تراپی باید به کاربرد آن و ایجاد تعادل پروتئین و رطوبت موها دقت کرد ، البته اگر می خواهید موها از کیفیت عالی برخوردار باشند.همانطور که می دانید کمبود پروتئین و رطوبت منجر به شکستگی مو می شوند. بنابراین بعد از پروتئین تراپی باید از مرطوب کننده استفاده کرد.

پروتئین تراپی برای موهای ضعیف ، خشک و شکننده راه حلی موثر است. کراتین پروتئین طبیعی در موها می باشد که بسیار مستعد آسیب‌های ناشی از در معرض آفتاب بودن ، باد ، آلاینده ها و مواد شیمیایی است. درمان های پروتئینی در انواع مختلفی هستند و مو را تقویت و صاف می کنند. پروتئین تراپی برای درمان آسیب موهای خفیف استفاده می شوند و به طور منظم هر ۱-۲ ماه مفید انجام می شود.

حالت دهنده و مرطوب کننده

سایت شبنم حضرتی می‌نویسد: این روش های درمانی برای موهای آسیب دیده مفید می باشد و همچنین به عنوان حالت دهنده مو نیز مو ایده آل است.پروتئین تراپی به دلیل خاصیت مرطوب کنندگی بالا توصیه می شود هر دو هفته یک بار استفاده شود.

ترمیم کننده

اگر از پروتئین ها به عنوان ترمیم کننده برای درمان موهای آسیب دیده هر دو هفته یک بار ضروری است.

مزایا و فواید پروتئین تراپی برای موهای طبیعی

نرم کنندگی: پروتئین تراپی با از بین بردن سلول های مرده پوست سر و افزودن پروتئین به آن ، موها را حالت دهنده و نرم می کند.
تقویت مو: با وارد شدن پروتئین های هیدرولیز شده به فولیکول های مو آنها را سخت و محکم و تقویت می کند.

مرطوب کنندگی: با از بین رفتن سلول های مرده پوست سر با پروتئین‌ها موها به طور موثر تر مرطوب می شوند.

حجج دهنده: در نهایت پروتئین تراپی موهای شما را ضخیم تر ، بلندتر و سالم تر می کند.

لانم و آثاری که موها به پروتئین تراپی نیاز دارند:

از بین رفتن قابلیت ارتجاعی مو: برای امتحان قابلیت ارتجاعی موهای خود رشته کوچکی از موهای خود را به آرامی بکشید. اگر این رشته پس از کشیده شدن به حالت طبیعی خود برنگردد به این معنی است که موها نیاز به درمان دارند.

موهای رنگ شده : با رنگ کردن موها پروتئین اش کاهش می یابد و در معرض آسیب بیشتری نسبت به موهای طبیعی می شود و درمان پروتئینی به تقویت و حفظ موهای سالم و قوی مو کمک می کند.
ریزش مو: گرچه از ریزش حداکثر ۱۰۰ رشته مو در روز کاملاً طبیعی است اما ریزش بیش از حد می تواند نشانه کمبود پروتئین موها باشد.
منصوصاً اگر مو از ریشه (پیاز سفیدی نداشته باشد). بدان معناست که موهای شما به راحتی می شکنند – و شاید لازم باشد برای تقویت آن به درمان های پروتئینی متوسل شوید.

موهای مجعد و فرفری: داشتن موهای صاف عامل دیگری برای پروتئین تراپی است. پروتئین به احیای رشته های مو و صافی آنها کمک می کند

گره خوردن و موخوره: موهایی که دچار موخوره می شوند به شدن به آب زیادی نیاز دارند و پروتئین تراپی کمک می کند به تغذیه مواد مورد نیاز موها می کند و موخوره ها ها را برطرف می کند.
آزمایش موخوره: رشته ای از موهای خود را در کاسه ای کم عمق از آب قرار دهید اگر موها فر خورد یعنی متخلخل و موخوره هستند.

درمان های پروتئینی بخشی اساسی در حفظ سلامت و انعطاف پذیری موها هستند و نود درصد موهای از پروتئین تشکیل شده‌است که بیشتر آنها کراتین هستند.

وقتی مو در معرض مواردی مانند آفتاب ، باد ، آلاینده ها ، گرما و مواد شیمیایی قرار گیرد ، پروتئین ها تجزیه می شوند. موهای رنگ شده ، یا موهایی که از ابزارهای گرم کننده برای حالت دهی استفاده می کنند آنها را بیشتر در معرض آسیب قرار می دهند. این آسیب ها باعث از بین رفتن قابلیت ارتجاعی مو و خشک و شکننده شدن آن می شود.شما با پروتئین درمانی مانعی محافظتی اطراف موهای خود ایجاد می کنید. به این ترتیب که پروتئین های اضافی بر روی فولیکول مو قرار می گیرد و سوراخ ها یا شکاف های موجود در کوتیکول مو را می پوشاند.

برای درمان دائمی پروتئین تراپی به صورت منظم توصیه می شود البته به این نکته توجه داشته باشید که پروتئین درمانی کار ویژه ای است که نیاز به برقراری تعادل پروتئین و رطوبت مو دارد همچنین پروتئین‌تراپی بستگی به نوع درمان و نوع موی شما دارد . برخی از انواع درمان های پروتئینی را می توان بیشتر استفاده کرد (به عنوان مثال هفته ای یکبار). در حالی که برخی دیگر از درمان های باید کمتر (هر ۴ تا ۶ هفته) و با مراقبت بیشتر استفاده شود.

سوالات متداول برای پروتئین درمانی مو

آیا می توانم درمان پروتئین در خانه انجام دمم ؟

اغلب ما تا کلمه مراقبت از مو را می شنویم به فکر درمان های خانگی با هزینه ای کمتر می اقیتم اما همیشه موارد و نکاتی وجود دارد که باید به متخصصان سپرد. اگرچه انجام درمان های پروتئینی در خانه آسان به نظر برسد ، اما اگر تازه وارد هستید انجام آن در سالن های معتبر آرایش توصیه می شود.

درمان های پیشرفته تر پروتئین درمانی نیز اگر درست و به اندازه استفاده نشود موها را زیر می کند بنابراین بهتر این درمان تحت نظارت متخصصان مو به صورت ایمن انجام شود.

چند بار باید پروتئین تراپی انجام می شود؟

اولین درمان های پروتئین تراپی باید به صورت هفتگی به مدت یک ماه انجام شود. پس از آن یک یا دو بار در ماه در ماه کفایت می کند این نکته را توجه داشته باشید که استفاده بیش از حد از درمان های پروتئینی ممکنه تاثیر عکس داشته و موها را خشک کند. بنابراین قبل از درمان همیشه دستورالعمل های موجود را با آرایشگر خود یاف ردی متخصص شبنم حضرتی مشورت کنید.

بسیاری متخصصان مو پاسخ متفاوتی بر اساس وضعیت موها ارائه می‌دهند. درمان های پروتئینی به ویژه درمان های پیشرفته باید هر ۴ تا ۶ هفته انجام شوند.درمان های پروتئینی به چند دلیل باید بسیار کم استفاده شوند ، اول اینکه استفاده بیش از حد منجر به پروتئین اضافی و شکستگی می شود و هیچ مزیتی ندارد.

بعد از پروتئین تراپی باید چکار کرد؟

در پروتئین تراپی باید به کاربرد آن و ایجاد تعادل پروتئین و رطوبت موها دقت کرد ، البته اگر می خواهید موها از کیفیت عالی برخوردار باشند.همانطور که می دانید کمبود پروتئین و رطوبت منجر به شکستگی مو می شوند. بنابراین بعد از پروتئین تراپی باید از مرطوب کننده استفاده کرد.

پروتئین تراپی برای موهای ضعیف ، خشک و شکننده راه حلی موثر است. کراتین پروتئین طبیعی در موها می باشد که بسیار مستعد آسیب‌های ناشی از در معرض آفتاب بودن ، باد ، آلاینده ها و مواد شیمیایی است. درمان های پروتئینی در انواع مختلفی هستند و مو را تقویت و صاف می کنند. پروتئین تراپی برای درمان آسیب موهای خفیف استفاده می شوند و به طور منظم هر ۱-۲ ماه مفید انجام می شود.

حالت دهنده و مرطوب کننده

سایت شبنم حضرتی می‌نویسد: این روش های درمانی برای موهای آسیب دیده مفید می باشد و همچنین به عنوان حالت دهنده مو نیز مو ایده آل است.پروتئین تراپی به دلیل خاصیت مرطوب کنندگی بالا توصیه می شود هر دو هفته یک بار استفاده شود.

ترمیم کننده

اگر از پروتئین ها به عنوان ترمیم کننده برای درمان موهای آسیب دیده هر دو هفته یک بار ضروری است.

مزایا و فواید پروتئین تراپی برای موهای طبیعی

نرم کنندگی: پروتئین تراپی با از بین بردن سلول های مرده پوست سر و افزودن پروتئین به آن ، موها را حالت دهنده و نرم می کند.
تقویت مو: با وارد شدن پروتئین های هیدرولیز شده به فولیکول های مو آنها را سخت و محکم و تقویت می کند.

مرطوب کنندگی: با از بین رفتن سلول های مرده پوست سر با پروتئین‌ها موها به طور موثر تر مرطوب می شوند.

حجج دهنده: در نهایت پروتئین تراپی موهای شما را ضخیم تر ، بلندتر و سالم تر می کند.

لانم و آثاری که موها به پروتئین تراپی نیاز دارند:

از بین رفتن قابلیت ارتجاعی مو: برای امتحان قابلیت ارتجاعی موهای خود رشته کوچکی از موهای خود را به آرامی بکشید. اگر این رشته پس از کشیده شدن به حالت طبیعی خود برنگردد به این معنی است که موها نیاز به درمان دارند.

موهای رنگ شده : با رنگ کردن موها پروتئین اش کاهش می یابد و در معرض آسیب بیشتری نسبت به موهای طبیعی می شود و درمان پروتئینی به تقویت و حفظ موهای سالم و قوی مو کمک می کند.
ریزش مو: گرچه از ریزش حداکثر ۱۰۰ رشته مو در روز کاملاً طبیعی است اما ریزش بیش از حد می تواند نشانه کمبود پروتئین موها باشد.
منصوصاً اگر مو از ریشه (پیاز سفیدی نداشته باشد). بدان معناست که موهای شما به راحتی می شکنند – و شاید لازم باشد برای تقویت آن به درمان های پروتئینی متوسل شوید.

موهای مجعد و فرفری: داشتن موهای صاف عامل دیگری برای پروتئین تراپی است. پروتئین به احیای رشته های مو و صافی آنها کمک می کند

گره خوردن و موخوره: موهایی که دچار موخوره می شوند به شدن به آب زیادی نیاز دارند و پروتئین تراپی کمک می کند به تغذیه مواد مورد نیاز موها می کند و موخوره ها ها را برطرف می کند.
آزمایش موخوره: رشته ای از موهای خود را در کاسه ای کم عمق از آب قرار دهید اگر موها فر خورد یعنی متخلخل و موخوره هستند.

درمان های پروتئینی بخشی اساسی در حفظ سلامت و انعطاف پذیری موها هستند و نود درصد موهای از پروتئین تشکیل شده‌است که بیشتر آنها کراتین هستند.

وقتی مو در معرض مواردی مانند آفتاب ، باد ، آلاینده ها ، گرما و مواد شیمیایی قرار گیرد ، پروتئین ها تجزیه می شوند. موهای رنگ شده ، یا موهایی که از ابزارهای گرم کننده برای حالت دهی استفاده می کنند آنها را بیشتر در معرض آسیب قرار می دهند. این آسیب ها باعث از بین رفتن قابلیت ارتجاعی مو و خشک و شکننده شدن آن می شود.شما با پروتئین درمانی مانعی محافظتی اطراف موهای خود ایجاد می کنید. به این ترتیب که پروتئین های اضافی بر روی فولیکول مو قرار می گیرد و سوراخ ها یا شکاف های موجود در کوتیکول مو را می پوشاند.

برای درمان دائمی پروتئین تراپی به صورت منظم توصیه می شود البته به این نکته توجه داشته باشید که پروتئین درمانی کار ویژه ای است که نیاز به برقراری تعادل پروتئین و رطوبت مو دارد همچنین پروتئین‌تراپی بستگی به نوع درمان و نوع موی شما دارد . برخی از انواع درمان های پروتئینی را می توان بیشتر استفاده کرد (به عنوان مثال هفته ای یکبار). در حالی که برخی دیگر از درمان های باید کمتر (هر ۴ تا ۶ هفته) و با مراقبت بیشتر استفاده شود.

سوالات متداول برای پروتئین درمانی مو

آیا می توانم درمان پروتئین در خانه انجام دمم ؟

اغلب ما تا کلمه مراقبت از مو را می شنویم به فکر درمان های خانگی با هزینه ای کمتر می اقیتم اما همیشه موارد و نکاتی وجود دارد که باید به متخصصان سپرد. اگرچه انجام درمان های پروتئینی در خانه آسان به نظر برسد ، اما اگر تازه وارد هستید انجام آن در سالن های معتبر آرایش توصیه می شود.

درمان های پیشرفته تر پروتئین درمانی نیز اگر درست و به اندازه استفاده نشود موها را زیر می کند بنابراین بهتر این درمان تحت نظارت متخصصان مو به صورت ایمن انجام شود.

چند بار باید پروتئین تراپی انجام می شود؟

اولین درمان های پروتئین تراپی باید به صورت هفتگی به مدت یک ماه انجام شود. پس از