ಸುಂದರ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಕೂದಲು, ಆದರೆ ಕಂಡಿಶನ್‌ಗಳು ಜೊತೆಗಿವೆ!

ನಮ್ಮ ಕೂದಲಿಗೆ ಶ್ಯಾಂಪೂ ಹಾಕುವುದು ಮುಖ್ಯ ಎಂಬುದಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ತಿಳಿದಿದ್ದೇವಾದರೂ, ಹೇರ್ ಕಂಡಿಶನಿಂಗ್‌ನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಹೆಚ್ಚಿನವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಕೆಲವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಕೂದಲು ಯಾವ ಬಗೆಯದು ಅಥವಾ ಯಾವ ಬಗೆಯ ಉತ್ಪಾದನೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಸರಿ ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಶ್ಯಾಂಪೂ ಹಾಕುವ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಮಾತುಗಳು ಕೇಳಿ ಬರುತ್ತವಾದರೂ ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ನಮ್ಮ ಕೂದಲನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಂಡಿಶನ್ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆದಿರುವುದು ಅಷ್ಟಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಆಯಾ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿನ ಪರಿಸರವನ್ನು ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ತ್ವಚೆ ಮತ್ತು ಕೂದಲಿನ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ ನಮ್ಮ ಕೂದಲಿನ ಕಂಡಿಶನ್ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬ ಮುಖ್ಯ.

ನಮ್ಮ ಕೂದಲನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಹಾಗೂ ಸುಂದರವಾಗಿಡುವಲ್ಲಿ ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳು ಯಾವ ಪಾತ್ರವಹಿಸುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ನಾವು ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಕೂದಲನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ವಿಭಿನ್ನ ಬಗೆಯ ಕೂದಲುಗಳು ಯಾವುವು?

ನಾವು ಎಂದಾದರೂ ಕೂದಲಿನ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವಾಗ, ನಾವು ನೆತ್ತಿಯ ಬಗೆಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಕೂದಲು ನೇರ, ಗುಂಗುರು, ಅಲೆಯಂತೆ ಅಥವಾ ಆಫ್ರೊ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರಬಹುದಾದರೂ, ಕೂದಲು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದುದೇ, ಎಣ್ಣೆಯದೇ ಅಥವಾ ಒಣಗಿರುವಂಥಾದ್ದೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದು ನೆತ್ತಿಯೇ ಆಗಿದೆ. ಕೂದಲು ಬಣ್ಣದ್ದೇ/ಸಂಸ್ಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟದ್ದೇ ಅಥವಾ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗಿದೆಯೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಕೂಡ ನಾವು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು.

ಯಾರೇ ಆದರೂ ಹೊಂದಿರುವ ಕೂದಲಿನ ಪ್ರಕಾರ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು ತುಂಬ ಕಷ್ಟದ ಕೆಲಸವೇನಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೂದಲು ಎಣ್ಣೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ಜಿಡ್ಡಿನಿಂದ, ಒಣಗಿದ ಅಥವಾ ಹಾನಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಕೃತಕ ಗುಂಗುರು ಅಥವಾ ಬಣ್ಣದಿಂದ ಕೂಡಿರದೆ ಬಹುತೇಕ ಸಮಯ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಬಹುತೇಕ ಎಣ್ಣೆಯಂಥ/ಜಿಡ್ಡಿನ ಕೂದಲಿಗೆ ಕಾರಣವೆಂದರೆ ಕೂದಲಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿದಿರುವ ಅಧಿಕ ಮೇದಸ್ರಾವ ಆಗಿದ್ದು, ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮತ್ತು ಕಸುವಿಲ್ಲದ ಕೂದಲು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ತೇವಾಂಶದ ಕೊರತೆಯಿಂದಾಗಿ ಒಣ ಕೂದಲು ಉಂಟಾಗುತ್ತದಲ್ಲದೆ, ಎಣ್ಣೆಯು ಕೂದಲು ಜಡ ಹಾಗೂ ಕಳಾಹೀನವಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಶ್ಯಾಂಪೂ ಹಾಕುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಕಂಡಿಶನಿಂಗ್‌ನಿಂದ ಕೂದಲಿಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಶ್ಯಾಂಪೂ ಹಾಕುವುದರ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಉದ್ದೇಶವೆಂದರೆ ಕೂದಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಕಶ್ಮಲವನ್ನು ಹಾಗೂ ಶೇಖರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಮೇದಸ್ರಾವವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು. ಕಂಡಿಶನರ್ ಏನು ಮಾಡುತ್ತದೆಂದರೆ ಅದು ಕೂದಲನ್ನು ಒಣಗುವುದರಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿ, ಕೂದಲಿಗೆ ಹೊಳಪನ್ನು ಸೇರಿಸುತ್ತಲೇ, ಅದರ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಬಹುತೇಕ ಪುನರ್‌ನಿರ್ಮಿಸುವುದು. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಕೂದಲನ್ನು ಕಂಡಿಶನ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಕೂದಲಿನ ನಿರ್ವಹಣೆಯೂ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಕೂದಲನ್ನು ತೊಳೆದಾಗಲೆಲ್ಲ ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಪವಾದಗಳು ಇರಬಹುದಾದರೂ, ಎಣ್ಣೆಯ ಕೂದಲು ಹೊಂದಿರುವವರು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಾರದು. ಏಕೆಂದರೆ ಕಂಡಿಶನರ್ ಯಾವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆಯೋ ಅದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಕೂದಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಎಣ್ಣೆಯು ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಒಣಕೂದಲು ಉಳ್ಳವರು ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳನ್ನು ತುಂಬ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಬಳಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೂದಲಿಗೆ ಯಾವ ಬಗೆಯ ದೈನಂದಿನ ಪಾಲನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೂದಲಿನ ಪಾಲನೆ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಸಮಸ್ಯೆಯದೇನಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದ ಅಥವಾ ಬಹಳಷ್ಟು ಉತ್ಪಾದನೆಗಳನ್ನು ಬಳಸದಂತಹ ಸರಳ ಪಾಲನೆಯನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೂದಲಿಗೆ ದಿನವೂ ಶ್ಯಾಂಪೂಹಾಕುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲವಲ್ಲದೆ, ವಾರಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಸಾಕಾಗುತ್ತದೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಶ್ಯಾಂಪೂ ಬಳಸುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಆ ಬಗೆಯ ಕೂದಲಿಗೆ ಸರಿಹೊಂದುವಂತಹ ಒಳ್ಳೆಯ ಶ್ಯಾಂಪೂ ಬಳಸುವುದು ಕೂಡ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ.

ಎಣ್ಣೆಯ/ಜಿಡ್ಡಿನಂತಹ ಕೂದಲಿಗೆ ಯಾವ ಬಗೆಯ ಶ್ಯಾಂಪೂಗಳು ಮತ್ತು ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು?

ಎಣ್ಣೆಯಂತಹ ಕೂದಲನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಮೃದುವಾಗಿ ಸಡಿಲಗೊಳಿಸುವಂತಹ ಶ್ಯಾಂಪೂ ಮತ್ತು ಕಂಡಿಶನರ್‌ನಿಂದ ತೊಳೆಯುವುದು ಸೂಕ್ತವಾದರೂ, ಅದು ಲೀವ್–ಇನ್‌ನಂತಹ ಕಂಡಿಶನರ್ ಅಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಲೀವ್–ಇನ್‌ನಂತಹ ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳು ತಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೇ ಕೂದಲು ಎಣ್ಣೆಯಂತೆ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದಲ್ಲದೆ, ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಕೂದಲು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹಾಗೂ ಬಿಗಿಯಿಲ್ಲದಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಒಣ/ಹಾನಿಯಾದ ಕೂದಲಿಗೆ ಯಾವ ಬಗೆಯ ಶ್ಯಾಂಪೂಗಳು ಮತ್ತು ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು?

ಒಣ/ಹಾನಿಯಾದ ಕೂದಲು ನಿಸ್ತೇಜ, ಕಳಾಹೀನವಾಗಿ ಹಾಗೂ ತುಂಡು–ತುಂಡಾದಂತೆ ಕಾಣಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದೆನೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ನೆತ್ತಿಯು ಪೂರೈಸಲಾಗದಂತ ಆ ಎಕ್ಸ್‌ಟ್ರಾ ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಪೂರೈಸುವುದು. ಒಣ ಕೂದಲಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಆ ಎಕ್ಸ್‌ಟ್ರಾ ತೇವಾಂಶವನ್ನು ನೀಡಬಲ್ಲಂತಹ ಶ್ಯಾಂಪೂಗಳು ಮತ್ತು ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳನ್ನೇ ಬಳಸುವುದು ತುಂಬ ಒಳ್ಳೆಯದು. ದಿನವಿಡಿ ಬೇಕಾದಂತಹ ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಕೂದಲು ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸುವಂತಹ ಲೀವ್–ಇನ್ ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳನ್ನೇ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ಬಣ್ಣದ/ಗುಂಗುರಿನ ಕೂದಲಿಗೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಈ ಬಗೆಯ ಕೂದಲಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಗಮನ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಬಣ್ಣದ/ಗುಂಗುರಿನ ಕೂದಲಿಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ ರಕ್ಷಿಸುವಂತಹ ಉತ್ಪಾದನೆಗಳೂ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದುದೆಂದರೆ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡದಂತಹ ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಶ್ಯಾಂಪೂಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು. ತಪ್ಪಾಗಿ ಆರಿಸಿದ ಉತ್ಪಾದನೆಗಳು ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲಿಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಬಣ್ಣ ಅಥವಾ ಗುಂಗುರು ಕೂಡ ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಕಂಡಿಶನಿಂಗ್ ಕುರಿತು ಮಾಡಬೇಕಾದ್ದು ಹಾಗೂ ಮಾಡಬಾರದ್ದು

ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳ ಬಳಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಭಾರತದಲ್ಲಿನ ಗ್ರಾಹಕರು ಇನ್ನೂ ತುಂಬ ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಕಂಡಿಶನರ್ ಕುರಿತು ಅಲ್ಪ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯಿರುವುದು ಅಥವಾ ಅದು ಕೂದಲಿನಲ್ಲಿ ಹಾವಳಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಬಹುದೆಂಬ ಭಯಗಳು ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರಬಹುದು. ಶ್ಯಾಂಪೂಗಳ ಹಾಗೆಯೇ ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮಾಡಬೇಕಾದ್ದು

- ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಕೂದಲಿಗೆ ಅಥವಾ ನೆತ್ತಿಗೆ ಹಾನಿಯುಂಟು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಅವು ಯಾವುದೇ ಉಪಪರಿಣಾಮ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವಾದ ಕಾರಣ, ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಂದ ಸಮೃದ್ಧವಾದ ಕಂಡಿಶನರ್ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಸಾಮಾನ್ಯ, ಎಣ್ಣೆಯ/ಜಿಡ್ಡಿನ, ಒಣ/ಹಾಳಾದ, ಸುರಳಿಯಾಗಿರುವ, ಬಣ್ಣದ, ಗುಂಗುರಾದ ಈ ಮುಂತಾದುವುಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲಿಗೆ ಯಾವುದು ಸರಿ ಹೊಂದುತ್ತದೆಯೋ ಆ ಬಗೆಯ ಕಂಡಿಶನರ್ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳನ್ನು ಕೂದಲಿನ ಕಾಂಡ ಹಾಗೂ ತುದಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಬಳಸುವ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಮಾಡಬಾರದ್ದು

- ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲಿಗೆ ಹಾಗೂ ನೆತ್ತಿಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಉಂಟುಮಾಡುವಂತಹ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಪದಾರ್ಥಗಳಿರುವ ಉತ್ಪಾದನೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಾರದು.
- ನೆತ್ತಿಗೆ ಕಂಡಿಶನರ್ ಬಳಸಿದರೆ, ಅದು ನೆತ್ತಿಯ ಒಣಗುವಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪದಾರ್ಥಗಳುಳ್ಳ ಕಂಡಿಶನರ್ ಬಳಸಿ

ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಉತ್ಪಾದನೆಗಳು ಲಭ್ಯವಿದೆಯಾದರೂ, 100% ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು, ಕೂದಲು ಮತ್ತು ನೆತ್ತಿಗೆ ಹಾನಿಮಾಡದಂತಹ ಉತ್ಪಾದನೆಗಳೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮ. ನೀವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬಹುದಾದ ಕೆಲವು ಪದಾರ್ಥಗಳೆಂದರೆ:

- ಲೋಳೆಸರ, ಇದೊಂದು ನೈಸರ್ಗಿಕ ತೇವಾಂಶಕಾರಿ
- ರೋಜಮಾರಿ ಸಸ್ಯ(ಯಾರೋ) ಕೂದಲಿಗೆ ಇದೊಂದು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಂಡಿಶನರ್
- ಕಡಲೆ ಹಾಗೂ ಓಟ್, ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪ್ರೊಟೀನ್‌ನ ಸಮೃದ್ಧ ಮೂಲಗಳು
- ಚೈನಾ ರೋಸ್ ಮತ್ತು ತಾವರೆ, ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕೂದಲಿನ ಮತ್ತು ನೆತ್ತಿಯ ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳು

ಸರಿಯಾದ ಕಂಡಿಶನರ್‌ಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾಣಿಸುಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

Himalaya
HERBAL HEALTHCARE

MERIDIAN 377