

# ಕೂದಲ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಡಿಫ್ ಕಂಡೀಷನಿಂಗ್

ಸೌಂದರ್ಯಪಾಲನೆಯಲ್ಲಿ ತಲೆಗೂದಲ ಆರೋಗ್ಯದ ಪಾತ್ರ ಬಹಳ ಮಹತ್ವದ್ದು. ಕೂದಲು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರಬೇಕಾದರೆ ಬರೀ ಶಾಂಪು, ಎಣ್ಣೆಗಳಿದ್ದರೆ ಸಾಲದು. ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಕಂಡೀಷನರ್ ಕೂಡ ಮುಖ್ಯ. ತಲೆಗೂದಲಿಗೆ ಡಿಫ್ ಕಂಡೀಷನಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ? ಇದರ ಲಾಭಗಳೇನು? ಇಲ್ಲಿದೆ ಕೂದಲ ಸೌಂದರ್ಯ ಕುರಿತ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ.

■ ಶಾರದಾ ಪಿ.ಬಿ.

ಕಡುಗಪ್ಪಾದ, ಸೊಂಪಾದ ಕೂದಲು ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧನೆಗೆ ಪೂರಕ. ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಶಾಂಪು ಜೊತೆಗೆ ಕಂಡೀಷನರ್ ಕೂಡ ಬಳಸಿದರೆ ಕೂದಲ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ರಾಸಾಯನಿಕಮುಕ್ತವಾದ ಶಾಂಪು, ಕಂಡೀಷನರ್ ಬಳಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಈಗೀಗ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಂಡೀಷನರ್‌ಗಳು ಕೂಡ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಕೂದಲಿಗೆ ಡಿಫ್ ಕಂಡೀಷನಿಂಗ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಕೂದಲ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಕೆಂಚು ಕೂದಲು, ಕವಲು ಕೂದಲು, ಶುಷ್ಕ ಕೂದಲು, ತಲೆಹೊಟ್ಟು ಮುಂತಾದ ಸಮಸ್ಯೆ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಕೂದಲನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಡುವುದು ಅಗತ್ಯ. ಎಣ್ಣೆ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವುದು ಕೂಡ ಕೂದಲು ನುಣುಪಾಗಿ ಉಳಿಯಲು ಪೂರಕ. ಅದೇ ರೀತಿ ತಲೆಗೂದಲು ಉದುರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ತಲೆಗೂದಲಿಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚುವುದು ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ ಕಂಡೀಷನಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದು ಕೂಡ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ. ಇದರಿಂದ ಕೂದಲಿಗೆ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಹೊಳಪು, ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಪೋಷಣೆ ದೊರಕಿ, ಸದೃಢತೆ ಹೆಚ್ಚಿ ಕೂದಲ ಅಂದ