

うす毛

頭皮をやさしく刺激して血行促進!

抜けやすくなった髪を守るためには、やさしく洗うことと同時に、保湿や栄養補給、適度な刺激などが重要です。シャンプーなどはなるべく刺激の少ないものを選びましょう。また、抜け毛が気になるからといって、ブラッシングしないのは逆効果。頭皮にやさしいブラシでやさしくブラッシングも続けましょう。

D リマージュヘアシャンプー

馬油で作られたアミノ酸系シャンプー。馬油は皮脂に近いので、皮脂となじんで汚れをしっかりと落としながらも頭皮と髪をしっとり保護します。刺激が少なくやさしい洗いあがり。250ml ¥2300/リバテブ製薬

E ラデュラ N スカルプエッセンス

β-グリチルリチン酸をはじめ、育毛効果を発揮するといわれる成分を4種類配合。抗酸化作用のあるフラボノイドなども配合しながら、頭皮にやさしく働きかけます。150ml ¥3200/中野製薬

F バドル ブラシ

ブラシのクッション部分に空気穴を開けたことで、頭皮や髪への負担を緩和。弾力があって頭皮マッサージ用に最適なブラシ。大きめのサイズで、髪をとかすだけでも気持ちよさを感じられます。¥2400/アヴェダ

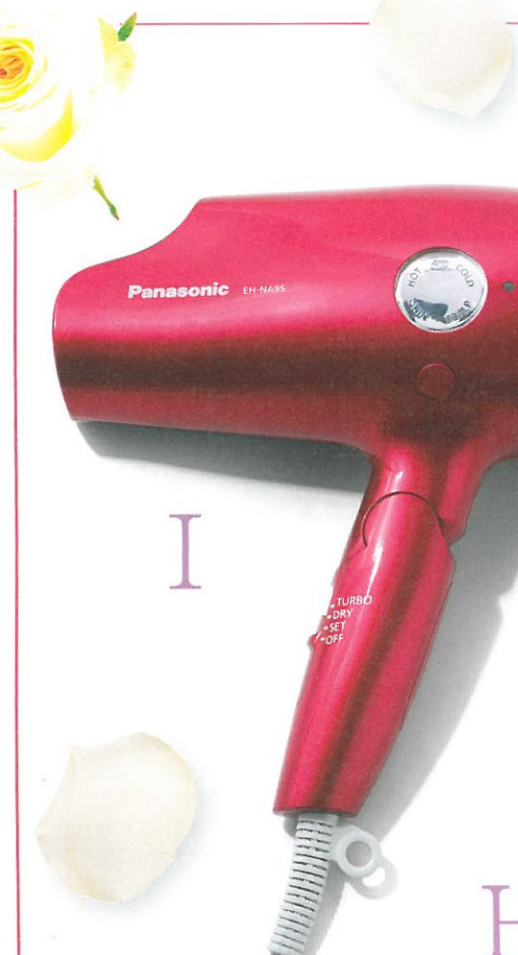


D

E



F



I

G 頭皮のためのオイル

椿油100%で頭皮にやさしいオイル。微粒子なので、べたつかず、使いやすいスプレータイプです。頭皮につけやすいノズルでオイルクレンジングに◎。洗髪後の保湿・保護剤にも。90g ¥1500/大島椿

H パンテーン クリニケア 毛先までバサッ

いて傷んだ髪用 ワンウォッシュトリートメント 1本使いきりのトリートメントで気になる毛先を集中補修。有用成分がつけやとなめらかさ、高い補修力を実現。15g×10本入り ¥1400 (編集部調べ)/P&G

I ヘアードライヤー ナノケア EH-NA95

ナノイー&ミネラルプラチナを発生し、髪とお肌のうるおいもキープ。また、温風と冷風を自動で交互に発生させて地肌に心地よい刺激を与え、髪の手や感もアップ! オープン価格/パナソニック



H



G

つやなし髪

表面をコーティングしてキューティクルのキメを整える

生えている髪の毛自体を治すことはできませんが、油分でコーティングすることで、キューティクルを保護すると同時に、つややかにまとめることは可能です。今、市販されているものに含まれるシリコンに危険なものは見られないので、好みで選んで問題ないでしょう。ただし、頭皮のケアは慎重に。きちんと洗髪して頭皮の清潔を保ち、トリートメントやオイルなどは地肌に残さないよう心がけて。