

1. Czy u każdej kobiety jest tak, że po porodzie włosy tracą na kondycji?
Problem nadmiernego wypadania i utraty jakości włosów dotyczy około 90% kobiet i związane jest ze zmianami hormonalnymi zachodzącymi w organizmie kobiety w czasie ciąży i po porodzie. Nasilone wypadanie pojawia się najczęściej około 3 miesiąca po porodzie.
2. Mam wrażenie, że w ciąży moje włosy się wzmocniły, czy mimo to po porodzie ich stan może się znacznie pogorszyć?
W okresie ciąży wzrasta poziom estrogenów, czyli hormonów odpowiadających za kondycję i wygląd naszych włosów. Wysoki poziom tych hormonów sprawia, że kondycja włosów znacząco się poprawia, włosy mogą rosnąć szybciej. Po porodzie poziom tych hormonów gwałtownie spada, powodując tym samym intensywne wypadanie włosów i pogorszenie ich jakości.
3. Co Pani sądzi o wcierkach na porost włosów, czy faktycznie działają?
Wcierki na porost włosów mogą znacząco poprawić i usprawnić proces wzrostu nowych włosów. Należy jednak pamiętać, że wypadanie poprodowe jest zjawiskiem całkowicie normalnym i nie da się go powstrzymać. Wcierkami i zabiegami stymulującymi możemy działać na „nowe włosy” – warto jednak pamiętać, aby takie produkty stosować dwa, maksymalnie trzy razy w tygodniu, aby nie doprowadzić do podrażnienia skóry.
4. Jak często nakładać maski i odżywki na włosy, przy każdym myciu?
Maski do włosów mają za zadanie wnikać do wnętrza włosa i polepszyć ich kondycję, wzmocnić łodygę. Odżywki mają działanie powierzchniowe, jej składniki otaczają włos tworząc warstwę ochronną i działają „od mycia do mycia”. Maski warto więc stosować około 2 razy w tygodniu jako „dodatek”, odżywkę z kolei stosujemy po każdym myciu.
5. Czy w ciąży mogę farbować włosy, czy lepiej to odpuścić i nie ryzykować pogorszenia ich stanu?
Aby ograniczyć ryzyko podrażnienia skóry głowy w czasie ciąży warto wykonywać zabiegi fryzjerskie z większymi odstępami czasowymi, a dodatkowo stosować blokery przed farbowaniem, które zapewnią „tarczę ochronną” dla naskórka.
6. Można zrobić coś w ciąży, żeby zapobiec wypadaniu włosów po porodzie? Przy pierwszym dziecku wypadały mi garściami
Wypadanie włosów po ciąży jest nieuniknione, można jednak przez cały okres ciąży i po porodzie stosować się do prawidłowych zasad pielęgnacji włosów, które zostały

przedstawione na naszym spotkaniu, a także skupić się na diecie i wysokiej zawartości białka, kwasów omega 3 oraz produktów wspierających gospodarkę żelazową.

7. Czy wszelkie zabiegi fryzjerskie wzmacniające włosy mają sens, czy działa to jedynie powierzchownie?

Zabiegi fryzjerskie wpływają na stan łodygi włosa, czyli jego martwą część. Nie wpłyną one w żaden sposób na ograniczenie wypadania czy wsparcie wzrostu nowych włosów. Zabiegi trychologiczne – czyli wykonywane przez kosmetologa, bezpośrednio na skórę głowy - będą najbardziej efektywne w połączeniu z prawidłową pielęgnacją skóry głowy i produktami pobudzającymi wzrost włosów (stosowanymi w odpowiedniej częstotliwości).