

Mythen der Haarpflege: Was wirklich hilft und was nicht!

OE24 klärt gängige Haarpflege-Mythen auf. Erfahren Sie, was wirklich funktioniert und wie Sie Ihre Haarroutine optimieren können.

Österreich - Die Pflege von Haaren ist ein entscheidender Aspekt des äußeren Erscheinungsbildes für viele Menschen. Doch ranken sich zahlreiche Mythen um die richtige Haarpflege. Wella Professionals hat jetzt die zehn größten Irrtümer untersucht und liefert wertvolle Erkenntnisse.

Ein weit verbreiteter Mythos besagt, dass häufiges Waschen dem Haar und der Kopfhaut schadet. Doch **oe24.at** erklärt, dass dies nicht der Fall ist. Die Verträglichkeit hängt vielmehr von der Wahl der Produkte ab. Während aggressive Shampoos tatsächlich Kopfhautreizungen verursachen können, sind milde Shampoos empfehlenswert. Auch das tägliche Waschen kann der Talgproduktion entgegenkommen, was insbesondere bei fettigem Haar von Vorteil sein kann. Experten empfehlen, 1-2 Tage Pause zwischen den Wäschen einzulegen, um eine gesunde Balance zu wahren.

Wachstum und Pflege

Ein weiterer gängiger Irrtum ist, dass regelmäßiges Schneiden das Haarwachstum beschleunigt. Tatsächlich wird das Wachstum in den Wurzeln gesteuert, und ein Schnitt alle 3-4 Monate reicht aus, um Spliss zu vermeiden. **Beautyshop24.de** ergänzt, dass die maximale Haarlänge genetisch bedingt ist, wobei die Wachstumsgeschwindigkeit von 0,5 cm bis 2 cm pro

Monat variiert.

Ein weiteres weit verbreitetes Missverständnis betrifft die Pflege nasser Haare. Wissenschaftler weisen darauf hin, dass nasses Haar extrem empfindlich ist und grobes Bürsten zu Haarbruch führen kann. Stattdessen empfiehlt es sich, die Haare vor dem Waschen zu entwirren und nach dem Waschen vorsichtig zu kämmen. Zudem sollten natürliche Öle, wenn sie richtig angewendet werden, das Haar nicht fetten, sondern es pflegen.

Haarpflegeprodukte und deren Anwendung

Mythen um Haarpflegeprodukte existieren ebenfalls. Ein häufig gehörter Satz ist, dass Shampoos ohne Silikone immer die bessere Wahl sind. Dabei können Silikone tatsächlich zur Geschmeidigkeit und Glanz des Haares beitragen, solange auswaschbare Silikone im Produkt enthalten sind.

Naturabrasil.fr informiert, dass Produkte je nach Saison und Haarzustand wechseln werden sollten, was durchaus sinnvoll ist.

Außerdem wird oft der Mythos verbreitet, das Föhnen der Haare sei generell schädlich. Solange ein Hitzeschutz verwendet wird und die Haare nicht direkt nass geföhnt werden, ist das Föhnen unproblematisch. Experten betonen auch, dass das Waschen mit heißem Wasser zu Frizz führen kann. Stattdessen sind lauwarmes oder kaltes Wasser bessere Optionen.

Fazit und Empfehlungen

Zusammenfassend zeigt sich, dass viele gängige Mythen zur Haarpflege nicht der Wahrheit entsprechen. Die richtige Pflege hängt stark vom individuellen Haartyp und den persönlichen Bedürfnissen ab. Es ist ratsam, auf die Auswahl der Produkte zu achten und die Anwendung regelmäßig zu überdenken. Das Verständnis der eigenen Haartyp- und Kopfhautbedürfnisse spielt eine entscheidende Rolle für die Erhaltung gesunder Haare.

Wer sich an die Empfehlungen hält, kann nicht nur seine Haarpflege optimieren, sondern auch das Erscheinungsbild seiner Haare deutlich verbessern.

Details	
Ort	Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.oe24.at• www.beautyshop24.de• www.naturabrasil.fr

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at