آیا شانه زدن موها به رشد آن کمک می‌کند؟

5 خرداد 1403

اینکه هر چند وقت یکبار باید موهایتان را شانه کنید تا سلامت مو حفظ شود، بستگی به جنس موهای شما دارد. اگر موهایی نازک، شکننده، دکلره شده یا کراتینه شده دارید که با مواد شیمیایی تماس مستقیم داشته‌اند، بهتر است بیش از دوبار در روز آن‌ها را شانه نزنید. اما، اگر موهای فر و مجعدی دارید، بهتر از هربار پیش از شستن آن موهایتان را شانه بزنید تا گره نخورد. اما، اگر دوست دارید موهایتان فرم فرفری خود را حفظ کند، بهتر است آن را شانه نزنید.

در پاسخ به این سوال که آیا شانه زدن موها به رشد آن کمک می‌کند یا نه دو پاسخ متفاوت وجود دارد که کاملا وابسته به شیوه شانه کردن شما دارد! اگر موهایتان را به آرامی شانه بزنید و حین شانه، تارهای مو را به شدت نکشید، فولیکول‌ها آسیب نمی‌بینند.

این به آن معناست که اگر موهایتان را به درستی شانه نزنید، نه تنها تاثیر مثبتی نمی‌بینید، بلکه پس از مدتی متوجه ریزش موی خود خواهید شد. در عوض، اگر موهایتان را با آرامش شانه کنید، عمل شانه زنی، بر گیرنده‌های پوست سر و فاکتورهای رشد تاثیر می‌گذارد، در نتیجه رشد موهای شما بیشتر می‌شود. اما، اگر می‌خواهید از رشد موهای خود اطمینان پیدا کنید، به جای شانه زدن مو می‌توانید از دستگاه‌های **ماساژ کف سر** استفاده کنید که به راحتی فولیکول‌ها را برای رشد تحریک می‌کند.

یکی از دلایلی که باعث درخشان‌تر شدن موها می‌شود، شانه زدن آن است. دلیل این مساله نیز ترشح روغن سبوم است که به درخشانی تارهای مو و باز شدن رنگ آن کمک می‌کند.

انسان‌ها به طور معمولی روزی ۵۰ الی ۱۰۰ تار موی مرده خواهند داشت. اگر این تارهای موی مرده لابه‌لای موها باقی بماند، باعث گره خوردگی و عدم شفافیت آن می‌شود. درحالی که اگر صبح و شب موهایمان را شانه بزنیم، تمامی موهای مرده را از لای موهای خود بیرون کشیده‌ایم.

وقتی که برس را به کف سر می‌زنیم تا گره‌ها را باز کنیم، اکثر باکتری‌ها، مواد آلوده، ریزدانه‌ها و شوره‌های کف سر را به ساقه‌های مو و در نهایت به پایین مو رسانده و آن را از بین می‌بریم. وقتی این آلودگی‌ها از و کثیفی‌ها از کف سر خارج شوند، ما کمتر در معرض بیماری‌های قارچی کف سر قرار می‌گیریم.