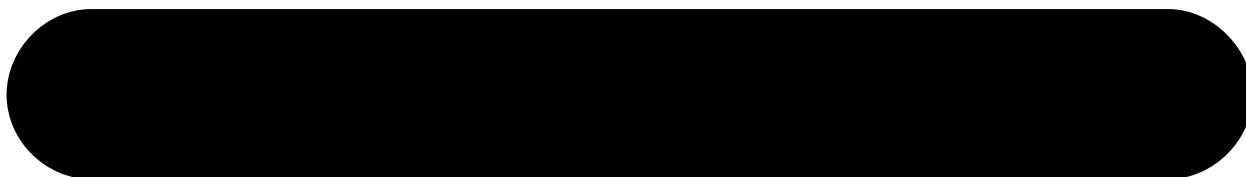
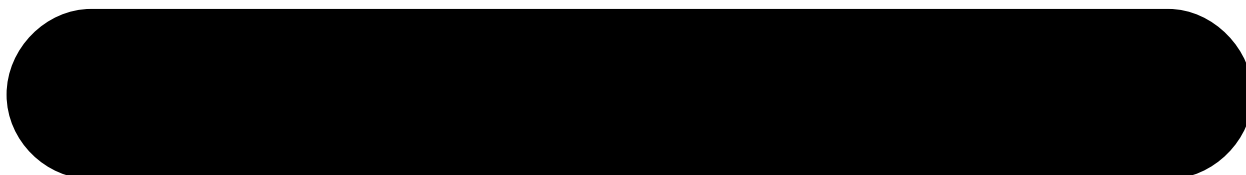
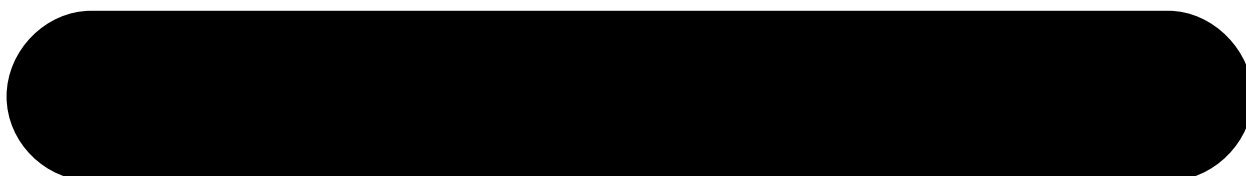


## خواص ماساژ روغن برای موی سر

مزایای ماساژ سر و فواید شگفت انگیز ماساژ مو در بخش‌های مختلف به اثبات رسیده است. از کمک به رشد موی سر، محکم‌تر شدن مو، ایجاد درخشندگی و ... فقط بخشی از فواید ماساژ موی سر هستند. در ادامه با این فواید بیشتر آشنا شوید.

### تقویت رشد مو



مو از پروتئین ساخته شده و به همین دلیل برای رشد خوب به ویتامین‌ها و سایر مواد مغذی نیاز دارد. روغن مو به عنوان یک عامل احیاکننده عمل کرده و موهای شما را تغذیه می‌کند. علاوه بر این، ماساژ دادن روغن در پوست سر به باز شدن منافذ و تسهیل جذب بهتر چربی کمک می‌کند. ماساژ منظم با روغن باعث تقویت گردش خون و کمک به رشد مو می‌شود.

## تقویت موی سر با ماساژ روغن

مواردی مانند خشکی شدید یا چربی بیش از حد، دو شاخه شدن موها و شکستگی مو، همگی از نشانه‌های ضعف ریشه مو هستند. دلایل رایج برای ضعف شدن ریشه‌ها شامل دمای سرد، رژیم غذایی نامناسب، گرمای ناشی از ابزارهای حالت‌دهنده مانند اتوی مو یا سشوار، برخی از محصولات مو و ... می‌شود. در حالی که از دست دادن 100 تا 150 تار مو در روز طبیعی است، اگر ریزش موی شما بیشتر باشد، ماساژ معمولی با روغن می‌تواند تا حد زیادی به این مسئله کمک کند. از خواص ماساژ روغن برای موی سر می‌توان به افزایش گردش خون در پوست سر و انتقال آسان مواد مغذی به ریشه اشاره کرد. روغن های ماساژ مو، منافذ پوست سر را باز می‌کند و باعث سلامت ریشه و رشد مو می‌شود.

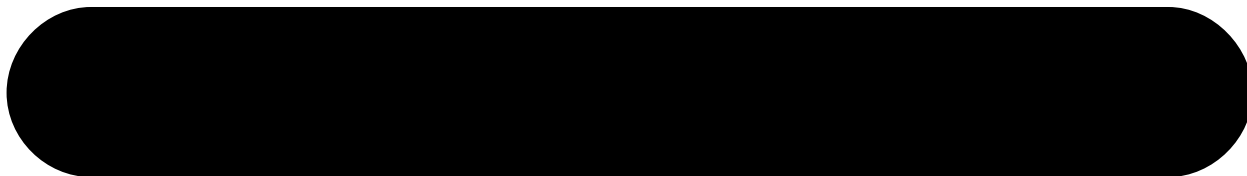
## ایجاد درخشندگی در موی سر

یکی از خواص ماساژ روغن برای موی سر ایجاد درخشندگی است که یکی از جذاب‌ترین ویژگی‌های موهای سالم محسوب می‌شود. روغن مخصوص ماساژ باعث هیدراته کردن ساقه مو شده و درخشندگی آن را افزایش می‌دهد. همچنین گرما باعث شکننده شدن و دو شاخه شدن موها می‌شود. ماساژ منظم با روغن می‌تواند با تغذیه مو، آن را درمان کرده و زیبایی و درخشندگی اش را حفظ کند.

## ماساژ از شوره سر جلوگیری می‌کند

شوره سر عامل اصلی ریزش مو است و تغییرات آب و هوایی و آلودگی در بدتر شدن وضعیت آن نقش دارد. شوره سر ناشی از خشکی پوست سر است که باعث خارش، آسیب به ریشه، شکستن مو و ریزش مو می‌شود. شوره سر در واقع سلول‌های مرده پوست است که اغلب افرادی را که دارای پوست سر بیش از حد خشک هستند، تحت تأثیر قرار می‌دهد. این خشکی ناشی از غدد چربی موجود در پوست است که چربی طبیعی کمی تولید می‌کند. ماساژ منظم روغن نه تنها پوست سر را تغذیه بلکه با کمک به غدد چربی باعث تولید روغن طبیعی می‌شود.

## از سفید شدن مو جلوگیری می‌کند



سفیدی زودرس مو مشکل رایجی است که امروزه در جوانان و بزرگسالان دیده می‌شود. این عارضه معمولاً به دلیل کمبود ویتامین‌ها و پروتئین در غذا ایجاد می‌شود. همانطور که گفته شد، دلایل مختلفی وجود دارد که باعث سفیدی زودرس می‌شود که یکی از آنها استعداد ژنتیکی است. همانطور که ملانین موجود در پوست به آن رنگ می‌بخشد، برای مو نیز این کار را انجام می‌دهد. هر چه غلظت ملانین بیشتر باشد، رنگ مو تیره‌تر خواهد بود.

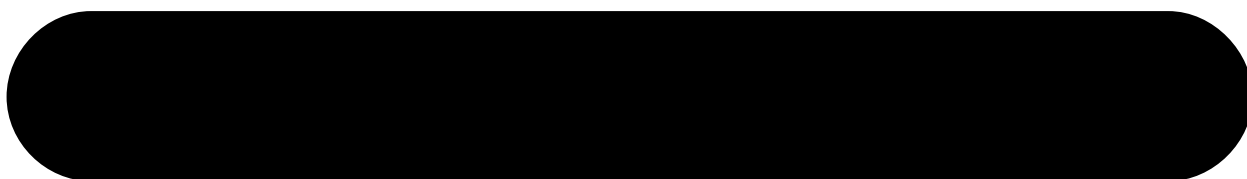
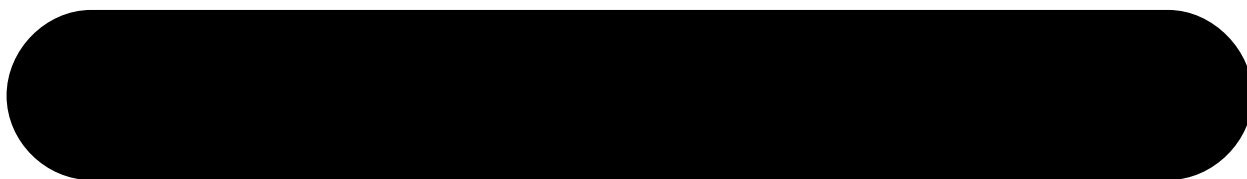
کمبود ملانین باعث سفید شدن رنگ موی سر می‌شود. یکی از خواص ماساژ روغن برای موی سر کمک به حفظ رنگ مو است. روغن‌های گیاهی ماساژ یک غلاف محافظ در اطراف تارهای مو ایجاد می‌کند که از آلودگی و اشعه ماوراءبنفش محافظت می‌شود.

## ماساژ سر ذهن و بدن را آرام می‌کند

ماساژ پوست سر با روغن باعث تسهیل گردش خون و تسکین مویرگ‌ها و اعصاب می‌شود. ماساژ روغن ذهن و بدن شما را

آرام می‌کند و استرس را کاهش می‌دهد. از آنجایی که استرس عامل ریزش مو است، ماساژ منظم با روغن می‌تواند رشد مو را تقویت کند. به طور کلی یکی از خواص ماساژ روغن ایجاد آرامش و ریلکسی برای بدن و کمک به کاهش اضطراب در افراد به شمار می‌رود.

## بهترین روغن ماساژ مو



با بهترین روغن های گیاهی برای ماساژ پوست سر بیشتر آشنا شوید. استفاده از این روغن های مخصوص ماساژ سر تمام خواصی که پیش از این به آن اشاره کردیم مانند افزایش ضخامت مو، درخشندگی، افزایش رشد مو و... را برایتان به همراه دارد.

## روغن نارگیل

این روغن به طور طبیعی خواص ضد باکتری و ضد قارچ دارد و به تسکین پوست سر کمک می‌کند. مطالعات نشان می‌دهد روغن نارگیل خالص ضد التهاب است، بنابراین روغن ایده‌آلی برای مقابله با ریزش مو، مرطوب‌کنندگی و درخشندگی به شمار می‌رود.

## روغن بادام شیرین

این روغن سبک، غیر چسبنده و سرشار از ویتامین E است که با تغذیه موها، باعث درخشندگی آن می‌شود. روغن بادام شیرین همچنین پوست سر را تغذیه کرده و به کم شدن شوره سر کمک می‌کند. روغن بادام شیرین سرشار از ویتامین E و آنتی اکسیدان، پکتین و در صد بالای اسیدهای چرب غیر اشباع است. آنتی اکسیدان و ویتامین E در روغن بادام شیرین باعث بهبود جریان خونی می‌شود. این روغن سرشار از ویتامین A است که برای تقویت غشاء سلولی در تقویت پوست سر مفید خواهد بود.

## روغن مورینگا

روغن مورینگا از دانه‌های یکی از مغذی‌ترین درخت‌های روی زمین استخراج می‌شود. این روغن آنتی‌اکسیدان‌های قوی، اسیدهای چرب، مواد مغذی و ویتامین‌هایی داراست که تمام نیازهای موی شما را تامین می‌کند. یکی از اصلی‌ترین فواید روغن مورینگا سیتوکین و زیاتین (قوی‌ترین هورمون گیاهی) موجود در آن است که به بهبود رشد بافت سلولی پوست و مو کمک می‌کند. باعث تقویت ساختمان فولیکول شده و در شفافیت و درخشندگی مو تاثیر بسزایی دارد.

## روغن زیتون

این روغن برای استفاده موضعی فوق‌العاده و سرشار از اسیدهای چرب ضروری است که پوست سر را احیا می‌کند. روغن زیتون همچنین ریشه مو را تغذیه و باعث رشد مو می‌شود. این روغن خاصیت مرطوب‌کنندگی بالا دارد و سرشار از ویتامین E است که یک ماده مغذی مهم برای رشد مو به شمار می‌رود.

## روغن کنجد

روغن کنجد که در بسیاری از محصولات به عنوان روغن پایه استفاده می‌شود، رشد مو را تقویت کرده و عفونت‌های پوست سر را درمان می‌کند. از این روغن برای نرم کردن مو، تغذیه پوست سر و درمان شوره استفاده می‌شود.

## روغن آرگان

روغن آرگان که از هسته درخت آرگان به دست می‌آید، سرشار از آنتی اکسیدان است که با آسیب اکسیداتیو مبارزه می‌کند. این روغن التهاب را کاهش می‌دهد و به بازسازی سریعتر پوست کمک می‌کند.

## روغن جوجوبا

روغن جوجوبا به دلیل استفاده در درمان‌های زیبایی و لوازم آرایشی شناخته می‌شود. این روغن در مرطوب کردن موها و محافظت از آن در برابر آسیب‌های خارجی موثر است. از بهترین فواید ماساژ با استفاده از روغن جوجوبا می‌توان به خاصیت ضد حساسیت بودن آن اشاره کرد.

## کدام روغن برای کدام مو مناسب است؟

با توضیحاتی که در این مقاله ارائه دادیم، می‌توانید از میان انواع روغن ماساژ برای موی سر، بهترین آن را انتخاب کنید. هنگام ماساژ باید به انتخاب روغن متناسب با نوع موی سر توجه داشته باشید. در نهایت، حتما در یک مرکز معتبر از بهترین روش های ماساژ سر بهره‌مند شوید.