# เทคนิคนวดผมพาเพลิน

นำเสนอเมื่อ : 11 มิ.ย. 2556

ลดปัญหาผมแห้งเสีย เพียงลงครีมนวดหลังสระ ผสานศาสตร์การกดไล่ให้ผมนุ่มสลวยด้วยมือเรา

แชมพูมักคู่กับครีมนวด แต่ผลสำรวจของ Kantar World Panel แจ้งสถิติอันน่าแปลกใจว่า สาวไทยจำนวนร้อยละ 40 ใช้เพียงแชมพูชำระล้างทำความสะอาดเพียงลำพัง โดยปราศจากการลงครีมนวดผมซ้ำ เพราะหลายคนคิดว่าทำให้เสียเวลาหรือใช้แล้วผมมัน
ปัญหาผมแห้งเสียแตกปลายจึงเป็นปัญหาเส้นผมของสาวไทยที่พบในอันดับต้นๆ
ด้วยความมุ่งมั่นอยากให้สาวไทยผมนุ่มสลวยสุขภาพดีไม่แข็งกระด้างเหมือนไม้กวาด “ซันซิล”
ผู้นำด้านผลิตภัณฑ์ดูแลเส้นผมในเมืองไทย จึงมีเทคนิคการนวดผมอย่างเพลิดเพลินมาแนะนำ

การนวดผมที่ถูกต้อง ควรลงครีมนวดผมทันทีหลังทำความสะอาดเรือนผมเสร็จ
เพียงบีบครีมนวดผมแล้วชโลมลงบนกลางถึงปลายผม ทิ้งไว้เพียง 1 นาทีแล้วล้างออก ใช้ผ้าขนหนูนุ่มๆ ซับให้แห้ง
ซึ่งเวลา 1 นาทีนี้ควรหาอะไรสนุกๆ ทำเพื่อให้ช่วงเวลาแห่งการนวดผมไม่น่าเบื่อหน่าย เช่น
ปลดปล่อยอารมณ์ด้วยการร้องเพลง การร้องเพลงระหว่างการนวดผม
ทำให้มีความสุขและช่วยลดความเครียดได้เป็นอย่างดี เพราะในขณะที่เราเปล่งเสียงร้องเพลงไป
มือก็ทำงานด้วยการนวดเส้นผมไปด้วย ทำให้เลือดไหลเวียนได้ทั่วศีรษะ

สำหรับการนวดหนังศีรษะลดความตึงเครียด ทำให้ผ่อนคลายได้โดยใช้มือ 2
ข้างคว่ำลงเหมือนท่าสระผม แล้วใช้นิ้วหัวแม่โป้งกด ค่อยๆ ไล่ไปทีละจุดให้ทั่วศีรษะ
สลับมาใช้สี่นิ้วที่เหลือกดไล่ให้ทั่วเช่นกัน ปิดท้ายด้วยการดึงผมเบาๆ ทั้งศีรษะเป็นการกระตุ้นรากผม
ทำอย่างนี้อย่างน้อย 1 นาที นอกจากเป็นการบำรุงแล้วยังมีส่วนช่วยให้เลือดไปเลี้ยงผมได้เต็มที่ แค่สาวๆ
ทำตามเคล็ดลับการนวดผมแล้ว ผมก็ยังนุ่มลื่นราวกับผมใหม่ ไม่ต้องกังวลกับผมหยาบกระด้างอีกต่อไป.

ที่มา เดลินิวส์