



Cheveux secs - Que faire ?

Pas facile de se débarrasser définitivement de ses cheveux secs ! La première chose à faire est bien sûr d'utiliser, deux à trois fois par semaine, un shampoing spécifique et une crème hydratante adaptée. L'été, pensez aussi à protéger vos cheveux du vent, du chlore, du sel et du soleil en appliquant une huile nourrissante avant et après la baignade... Ensuite, tout dépend, évidemment de votre problème.

1. [Pointes fourchues](#)
2. [Pointes sèches et racines grasses](#)
3. [Cheveux secs et crépus](#)
4. [Recettes de grand-mères](#)
 1. [Redonner de la brillance](#)
 2. [Masque « maison »](#)
5. [Allier brushing et cheveux doux](#)
6. [Vidéo](#)



Pointes fourchues

Si vous avez les [pointes fourchues](#) et que vous souhaitez garder vos longueurs, vous devez impérativement les nourrir au maximum en enduisant vos pointes d'huile (type huile d'argan) avec un temps de pause d'au moins une demi-heure avant votre shampoing. Lavez-vous ensuite les cheveux, faites-leur un masque hydratant et laissez-les sécher à l'air libre.

Pointes sèches et racines grasses

Si vos cheveux sont de type mixte, c'est-à-dire si vous avez les pointes sèches et les racines grasses, utilisez un shampoing aux pouvoirs absorbants, à base d'argile par exemple et appliquez, après avoir rincé et essoré vos cheveux un masque nourrissant, seulement sur les longueurs et les pointes. Enfin, sachez que pour éviter d'exciter les [glandes sébacées](#) qui provoquent l'aspect « gras » aux racines, mieux vaut ne pas frotter pas vos cheveux avec une serviette, mais plutôt les entourer puis les laissez les sécher naturellement.

Cheveux secs et crépus

Si vous avez les cheveux secs et crépus, optez plutôt pour les produits et masques à base d'huile d'avocat, de karité, d'argan et de jojoba qui ont des propriétés très nourrissantes.

Recettes de grand-mères

En cas de cheveux secs, vous pouvez aussi appliquer des recettes de grand-mères qui ont fait leur preuves.

Redonner de la brillance

Après le shampoing, l'addition à l'eau de rinçage d'un peu de vinaigre dont les propriétés astringentes resserre les écailles du cheveu et redonneront de la brillance à votre chevelure. Laissez poser votre masque pendant 5 minutes. Pour un meilleur résultat, rincez-vous les cheveux à l'eau froide.,

Masque « maison »

Vous pouvez également vous faire un masque maison en mélangeant 1 jaune d'œuf, 4 cuillères à soupe de miel et un peu d'huile d'amande douce. Appliquez ce masque sur cheveux secs et non lavés pendant au moins 30 minutes, avant de procéder au shampoing. L'effet satiné est garanti !

Allier brushing et cheveux doux

Le sèche-cheveux a tendance à agresser le cheveu et à l'abîmer. En cas de brushing, il est donc recommandé d'appliquer un soin spécial « avant brushing » pour protéger la fibre capillaire et d'opter pour une chaleur douce, voir froide, si votre sèche-cheveux est équipé d'un régulateur de température. Sachez aussi que certains séchoirs sont équipés d'un réservoir qui diffuse un produit adoucissant !

Vidéo

Les précisions de la journaliste santé Claire Gabillat : [VIDEO](#)

Ce document intitulé « [Cheveux secs - Que faire ?](#) » issu de **Journal des Femmes Santé** (sante-medecine.journaldesfemmes.com) est soumis au droit d'auteur. Toute reproduction ou représentation totale ou partielle de ce site par quelque procédé que ce soit, sans autorisation expresse, est interdite. Sante-Medecine.net adhère aux principes de la charte « **Health On the Net** » (HONcode) destinée aux sites Web médicaux et de santé. [Vérifiez ici](#).

Newsletter

Recevez notre newsletter

ILS ONT BESOIN DE VOTRE AIDE

[Enceinte ou pas](#)



[Tomber enceinte](#), 15:18

Bebe

[Grossesse / Bébé](#), 14:35

Éclairer moi

[Tomber enceinte](#), 13:53

Savoir si je suis enceinte et de combien

[Grossesse / Bébé](#), 13:11

Tous les messages sans réponse