

# De kleine lettertjes

## Shampoo en conditioner, wat zit daar eigenlijk in? Een paar ingrediënten uitgelicht:

**Siliconen:** Zitten in conditioners en ook soms in shampoos waar 2 in 1 opstaat. Siliconen zijn opgebouwd uit silicium en zuurstof. Dit kan de doorkambaarheid, glans en handelbaarheid van het haar verhogen en kan verdere beschadiging van het haar voorkomen. Ze gaan als het ware als een jasje om je haar liggen. Hierdoor ziet je haar er gezonder uit en voelt het gladder aan. Je hebt niet-oplosbare siliconen en (in water) oplosbare siliconen. Belangrijk is dat de siliconen uitwasbaar zijn. De oplosbare siliconen vervliegen na een uurtje als hun werk gedaan is of verdwijnen met een simpele wasbeurt.

De niet-oplosbare siliconen gaan om je haar zitten en zijn veelal moeilijk te verwijderen. Het aantal niet-oplosbare siliconen stapelen zich na iedere wasbeurt op, wat je haar aanzienlijk zwaarder kan maken. Het sluit het haar af, waardoor verstikking optreedt en je haar droog kan worden. Bovendien kunnen niet-oplosbare siliconen alleen worden verwijderd met sterk reinigende shampoos. En die doen meer dan je lief is, ook de natuurlijke oliën worden van je hoofdhuid en haar verwijderd.

Dit siliconenlaagje is ook lastig voor de kapper. Een kleur of krul komt hier niet goed doorheen. Daarom moet het haar eerst goed worden voorgewassen met een diep reinigende shampoo.

De kostprijs van de oplosbare siliconen zijn hoger dan de niet-oplosbare siliconen.

**Parabenen:** Zijn niets meer of minder dan conserveringsmiddelen. Zij zorgen ervoor dat het product niet gaat schiften of bederven als het een half jaartje in de kast staat. Zonder conserveringsmiddelen zou je alle potjes en flesjes om de 3 maanden moeten vervangen. Er wordt beweerd dat parabenen kankerverwekkend zijn maar dit is niet bewezen. Bij toeval is deze associatie gedaan in 2004 en er zijn inmiddels voldoende

onderzoeken gedaan die het tegendeel bewijzen. Vooralsnog zitten er in de shampoos uit de Knipserie geen parabenen maar een vervangend conserveermiddel.

**Sulfaten:** Dit schuimmiddel verwijdert vetten en residu van je haar en hoofdhuid.

Er zijn sterk reinigende sulfaten en milde sulfaten. Je herkent sterke sulfaten aan heel veel schuim tijdens het inmasseren van een shampoo. Op de fles staat: SLS= sodium laureth sulfaat. Deze agressievere sulfaten verwijderen o.a. vuil en haarlak/gelresten maar ook de natuurlijke talg die je hoofdhuid aanmaakt. Deze talg beschermt je huid en houdt je haar juist gezond. Als het verdwijnt, vergroot je de kans op droog haar en vooral een droge hoofdhuid, jeuk en schilfers.

Milde sulfaten slagen er ook in om je haar te reinigen, maar doen dit voorzichtiger. Dit is veel aangenamer en gezonder voor je haar en hoofdhuid. Heb je minder schuim? Dan reinigt dat niet per se slechter. De shampoo die je gebruikt bevat dan een mildere sulfaatvariant. Was je je haar direct nog een keer, dan zul je zien dat er meer schuim bij komt. Dit betekent dat je haar en de hoofdhuid al schoon was.

Ook elke dag een intensieve bodywash gebruiken en heet douchen activeert jeuk en een droge huid. Waardoor je steeds bodylotion moet gebruiken. Beter is het om minder heet water te gebruiken en voor je lijf een milde doucheschuim.

SLS is het goedkoopste ingrediënt, daarom zit dit dus ook bijna overal in.

De mildere sulfaten zijn wat prijziger. Dit is dus ook de reden waarom o.a. professionele kappersshampoos meer kosten dan die uit de supermarkt.

**Wist je dat je de shampoos van Mediceuticals® ook voor je lijf kunt gebruiken? Deze en ook de shampoo van Megix bevatten géén SLS.**

**Water:** Ja, water, de goedkope flessen shampoo bevatten ook veel water, flesvulling. De kappersshampoo is veel sterker

geconcentreerd, waardoor het heel zuinig in gebruik is. Niet gieten dus! Een klein beetje eerst opschuimen op je hand en met wat lauw water toevoegen op je haar. Moet je eens kijken hoe lang je van een fles kan doen!

**En nog meer:** Er zitten natuurlijk nog veel meer ingrediënten in de shampoo en conditioners, de werkzame stoffen en de fruitextracten bijvoorbeeld. Wil je meer weten? Vraag het mij of neem eens een kijkje op de site van [Mediceuticals®](#)

**En hèt geheim van glanzend haar:**

Spoel uw haar na het wassen goed uit met lauw water. Gebruik zo nodig (gekleurd, gekruld en lang haar, of een hoofdhuidprobleem) een conditioner. Als het water te warm is, gaan de haarschubben open staan en wordt het haar kwetsbaar. Het is zelfs nog beter als u voor de laatste spoelbeurt koud water gebruikt. Zo wordt de bloedcirculatie in de hoofdhuid (en de rest van je lijf) gestimuleerd en zullen de schubben zich weer sluiten, zodat uw haar mooi gaat glanzen.