

HELENA IWANOWA
SONJA FISCHER

DIE SCHÖNSTEN
FRISUREN
EINFACH SELBST GEMACHT!

35 HAIRSTYLES VON HOCHGESTECKT
BIS SCHNELL GEFLOCHTEN

LEOPOLD STOCKER VERLAG
GRAZ – STUTTGART

Umschlaggestaltung: DSR | Werbeagentur Rypka GmbH, 8143 Dobl/Graz, www.rypka.at
Titelbilder: Vorderseite: Elena Tsoma, Rückseite: Fotos links: Elena Tsoma, Foto von Helena Iwanowa: Kate Ostroushko, Foto von Sonja Fischer: Heike Beyerlein.
Bildnachweis: iStock/adrian825: S. 14; iStock/Central IT Alliance: S. 11 re; iStock/Coffee-AndMilk: S. 7 re, 9 li, re; iStock/Djura Topalow: S. 10; iStock/EdwardDerule: S. 7 zweites Foto v. li; iStock/Goodluz: S. 12; iStock/g-stockstudio: S. 13 re o; iStock/Hirurg: S. 7 li; iStock/kvkillow: S. 8; iStock/LarsZahnerPhotography: S. 13 li; iStock/PeopleImages: S. 7 zweites Foto v. re, 9 zweites Foto v. re; iStock/photographer: S. 13 re u; iStock/Yuri_Arcurs: S. 9 zweites Foto v. re; Heike Beyerlein: S. 5; Mona Lorenz: S. 6, 11 li; PARSA Haar- und Modeartikel GmbH: S. 15-21; Elena Tsoma: alle Frisurenfotos ab S. 22.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Der Inhalt dieses Buches wurde von den Autorinnen und vom Verlag nach bestem Wissen überprüft; eine Garantie kann jedoch nicht übernommen werden. Die juristische Haftung ist daher ausgeschlossen.

Mit freundlicher Unterstützung von PARSA Haar- und Modeartikel GmbH.

PARSA
BEAUTY

Hinweis:

Dieses Buch wurde auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt. Die zum Schutz vor Verschmutzung verwendete Einschweißfolie ist aus Polyethylen chlor- und schwefelfrei hergestellt. Diese umweltfreundliche Folie verhält sich grundwasserneutral, ist voll recyclingfähig und verbrennt in Müllverbrennungsanlagen völlig ungiftig.

Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne kostenlos unser Verlagsverzeichnis zu:

Leopold Stocker Verlag GmbH
Hofgasse 5/Postfach 438
A-8011 Graz
Tel.: +43 (0)316/82 16 36
Fax: +43 (0)316/83 56 12
E-Mail: stocker-verlag@stocker-verlag.com
www.stocker-verlag.com

ISBN 978-3-7020-1631-9

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Film, Funk und Fernsehen, fotomechanische Wiedergabe, Tonträger jeder Art, auszugsweisen Nachdruck oder Einspeicherung und Rückgewinnung in Datenverarbeitungsanlagen aller Art, sind vorbehalten.

© Copyright by Leopold Stocker Verlag, Graz 2016

Layout und Repro: DSR | Werbeagentur Rypka GmbH, 8143 Dobl/Graz, www.rypka.at
Druck: hm•perfectprintconsult•eu



Zu einigen Frisuren in diesem Buch gibt es jeweils ein begleitendes Video, das Ihnen zeigt, wie diese Frisur gemacht wird. Diese Frisuren sind im Buch mit einer kleinen Kamera im einleitenden Bild gekennzeichnet. Um zu den Videos zu gelangen, scannen Sie bitte den QR-Code mit Ihrem Smartphone und öffnen die Webseite oder unter www.stocker-verlag.com/frisuren.

INHALT

Vorwort	4	Frisur 17: Laura	69
Grundsätzliches zu Haar, Pflege und Styling	6	Frisur 18: Scarlett	72
Haar	7	Einfacher Dutt für kürzeres Haar	
Pflege	10	Frisur 19: Anna	75
Styling	15	Flechtfrisur aus einem Pferdeschwanz	
Frisur 1: Eugenia	22	Frisur 20: Veronika	78
Eleganter Knoten		Seitlich geflochten mit Schleife am Hinterkopf	
Frisur 2: Julius Dutt	26	Frisur 21: Adele	81
Zarte Rolle im Nacken		Opulente Flechtfrisur	
Frisur 3: Hairstyle Romantic	29	Frisur 22: Hippie Style	84
Aus Kordeln gebildeter Kranz		Gedrehter Pferdeschwanz	
Frisur 4: Lolita	32	Frisur 23: Twist	87
Mädchenhafte Kranzfrisur		Klassische Abendfrisur	
Frisur 5: Charlotte	35	Frisur 24: Hollywood-Wellen	89
Elegante Zopffrisur		für besonders lange Haare	
Frisur 6: Mary	38	Frisur 25: Ährenzopf	92
Zarte Schleife am Hinterkopf		Aufwändige Flechtfrisur	
Frisur 7: Süsse Schleife	41	Frisur 26: Prinzessin Leia	94
Mädchenhafte Schleife am Hinterkopf		Hochsteckfrisur für sehr langes Haar	
Frisur 8: Klassischer Dutt	44	Frisur 27: Helena	97
Vielseitig tragbar		Verspielte Zöpfe	
Frisur 9: Griechische Welle	47	Frisur 28: Holländischer Zopf	99
mit Haarband gebildet		für besonders langes Haar	
Frisur 10: Dutt	50	Frisur 29: Rapunzel	102
mit Knoten-Hairstyler		Wellen mit Flechtfrisur am Oberkopf	
Frisur 11: Seemannsknoten	53	Frisur 30: Wasserfall	105
Einfache Hochsteckfrisur		Opulente Wellen mit zarter Flechtfrisur	
Frisur 12: Helgas Kranz	56	Frisur 31: Fester Pferdeschwanz	108
Geflochtener Haarkranz		mit unsichtbarem Haargummi	
Frisur 13: Angelina	59	Frisur 32: Bridget	110
Gedrehter Kranz mit Pferdeschwanz		Toupiertes Dutt	
Frisur 14: Marion	62	Frisur 33: Alice	112
Hochsteckfrisur für mittellanges Haar		Dutt, mit Zopf umwickelt	
Frisur 15: Audrey	65	Frisur 34: Mia	114
Banane für mittellanges Haar		Kombination aus Knoten und Flechtfrisur	
Frisur 16: Rock Style	67	Frisur 35: Chloe	117
Flechtfrisur für kurzes Haar		Elegante geflochtene Hochsteckfrisur	

VORWORT

Schon 4.000 Jahre vor Christus, das beweisen Grabfunde, haben Frauen mit Messern, Haarnadeln und Kämmen ihre Haare „gestylt“ und schon 3.000 Jahre vor Christus wurden zu besonderen Anlässen kunstvolle, meist Flechtfrisuren getragen.

Im alten Griechenland wurden hauptsächlich einfache Frisuren getragen, die, zu einem Knoten zusammengefasst, als Griechischer Knoten bezeichnet wurden.

Egal ob im Römischen Reich, in der Renaissance oder in der Biedermeierzeit, kunstvoll gestaltete Frisuren waren immer auch ein Spiegel der Zeit und ein Zeichen für Lebensstil und Stand.

Die geflochtene Haartracht der Florentinerinnen galt im 15. Jahrhundert weit über die Grenzen Italiens hinaus als wegweisend und als Vorbild für Frisuren aller Art.

Bis heute wird der Frisur eines Menschen eine große Bedeutung beigemessen, was mich seit frühester Jugend angetrieben hat.

Aufgewachsen in einem kleinen Ort bei Nürnberg, half ich bereits als 8-Jährige im Frisiersalon meiner Mutter mit und konnte bereits mit 10 Jahren die ersten Kunden frisieren.

Fortan war meine Berufung klar und sie ist eine echte Berufung geblieben. Aber ich wollte mich gerne mit Anderen messen und kreativ sein.

So begann im zarten Alter von 17 Jahren meine „Wettbewerbskarriere“. Mit dem Titel „Bayrische Meisterin“ trat ich 2003 ins deutsche Nationalteam ein, wurde mittel-, nord- und süddeutsche Meisterin einerseits und deutsche CAT-Meisterin andererseits. Es folgten der Grand Prix in Helsinki 2006, Paris, Riga und Oslo 2007 sowie Cups in Klagenfurt (Österreich) und Montenegro.

Dann wurde ich der „Europa-Cup-Champion of the World 2007“ und seit 2008 bin ich Friseur-Weltmeisterin. Bei all dem steht die Liebe zum Haar, zur Frisur und zu den kreativen Möglichkeiten für mich immer im Mittelpunkt.

Es ist bis heute spannend und immer wieder eine überragende Erfahrung, wie sich durch eine Frisur die optische Wirkung auf Andere einerseits, aber auch das eigene Selbstwertgefühl andererseits verändern lässt.

Neben dem Gesicht sind die Haare der exponierteste Eindruck und Wirkungsfaktor eines Menschen. Mit einer geeigneten Frisur lassen sich das Gesicht, die Ohren, mögliche Narben und



Hautunregelmäßigkeiten kaschieren oder im Gegenzug als besonders schön empfundene Highlights im Gesicht oder am Dekolleté hervorheben.

Als das Projekt „Frisurenbuch“ an mich herangetragen wurde, war ich von dem Konzept, ein Buch mitzugestalten, das in einfachen Schritten aktuelle und ausdrucksstarke Frisuren, die selbst realisiert werden können, zu produzieren, spontan sehr angetan.

Herausgekommen ist im Team mit der Autorin Frau Helena Iwanowa eine sehr gelungene Kombination aus anspruchsvollem, frischem Design für viele Anlässe oder einfach nur, um sich und Anderen zu gefallen. Ein Buch, das Sie ganz sicher immer wieder für Anregungen und für kreative Frisuren hervorholen werden.

Es sind Frisuren entstanden, die überwiegend in 5-20 Minuten zu erstellen sind und sich ideal für viele Gelegenheiten und Anlässe eignen: Egal ob elegante Frisur, die sowohl zum Alltagsoutfit und im Büro getragen werden kann, oder Abendfrisur für lange Haare, die raffiniert aussieht und die Schönheit langer Haare betont. Auch an die tolle Frisur für heiße Sommertage haben wir gedacht, die sich gut mit langen Sommerkleidern oder Röcken kombinieren lässt.

Lassen Sie sich von meiner Begeisterung für schöne Frisuren, die mich seit Jahrzehnten antreibt und für mich ein Lebenselixier darstellt, anstecken.

Das Buch **Die schönsten Frisuren einfach selbst gemacht** begeistert auch mich und wird auch Sie in seinen Bann ziehen.

Ich wünsche Ihnen von Herzen gutes Gelingen und viel Spaß beim Kreieren eigener Kreationen auf der Basis der hier gezeigten Frisuren.

Herzlichst,
Ihre

Sonja Fischer,
Friseur-Weltmeisterin



Schöne, gepflegte Haare sind ein Zeichen für Gesundheit und Vitalität.

GRUNDSÄTZLICHES ZU HAAR, PFLEGE UND STYLING

Seidig-glänzende Haare sind seit jeher ein Ausdruck für Schönheit und Gepflegtheit; sie sind aber auch ein Ausdruck des Charakters und der Individualität des Trägers. So verändern viele Menschen, deren Leben eine Wendung nimmt, gleichzeitig oft auch ihre Haarfarbe oder ihre Frisur als Zeichen ihres Neubeginns, was zeigt, was für einen Stellenwert das Haar für den Einzelnen haben kann. Schöne, gepflegte Haare sind aber auch ein Zeichen für Gesundheit und

Vitalität und zeigen, dass sich der Mensch pflegt und auf sich und sein Äußeres achtet. Stumpfe, glanzlose Haare wirken dagegen ungesund und ungepflegt, wobei für das eigene Haar unpassende Pflegeprodukte dafür verantwortlich sein können. Mit einer gesunden Lebensweise, der Beachtung einiger einfacher Tipps und Tricks und vor allem der richtigen Behandlung und Pflege der verschiedenen Haartypen ist es aber gar nicht so schwer, das Haar gesund und vital zu erhalten.

HAAR

Das Haar, sprich seine Struktur, seine Farbe und sein Typ, sind, wie jeder Mensch auch, völlig individuell, sodass es kein Patentrezept für schönes Haar gibt. Dennoch gibt es einige grundlegende Empfehlungen, wie das jeweilige Haar behandelt werden sollte, um es möglichst gesund und vital zu erhalten. Es wird Ihnen jedoch nicht erspart bleiben, selbst auszutesten, welche Behandlungen und Produkte Ihrem Haar besonders guttun oder bei Ihnen auch weniger oder gar nicht wirken.

HAARSTRUKTUR

Eine gesunde und gepflegte Haarstruktur ist die Basis für schönes Haar. Man unterscheidet die glatte, die gewellte, die lockige und die krause Haarstruktur.

GLATTE HAARSTRUKTUR

Glattes, glänzendes und weiches Haar gilt als DAS Schönheitsideal. Prinzipiell ist diese Struktur einfach zu handhaben, allerdings wirkt sie bei fehlender Pflege manchmal matt und strähnig. Mit dem richtigen Styling lässt sich das aber verhindern.

GEWELLTE HAARSTRUKTUR

Das ist die unkomplizierteste und am wenigsten aufwändige Struktur und bietet viele Möglichkeiten für Stylings. Meist benötigt sie nur etwas Feuchtigkeit als Pflege.

LOCKIGE HAARSTRUKTUR

Viele Menschen wünschen sich wilde Locken, allerdings sind sie schwer kämmbar und sehr pflegeintensiv, weil das natürliche Haarfett oft nicht bis zu den Spitzen gelangt. Das Haar wirkt daher schnell trocken und strohig und lässt sich oft nur schwer zu einer Frisur bändigen. Mit einer Haarkur bekommt es allerdings sehr schnell wieder Glanz und Vitalität.

KRAUSE HAARSTRUKTUR

Diese Struktur bedarf der meisten Aufmerksamkeit und Pflege, die sehr zeitintensiv werden kann. Sie tritt vor allem bei Afroamerikanern auf, ist von Natur aus sehr trocken, weil sie wenig Haarfett produziert, das wegen der engen Locken nur schwer bis an die Spitzen gelangt, und neigt daher zu Haarbruch.



Glattes
Haar



Gewelltes
Haar



Krauses
Haar



Gelocktes
Haar



Die Haarfarbe unterstreicht die Persönlichkeit des Menschen.

FARBE

Die Haarfarbe ist neben dem Haarschnitt das sichtbarste Zeichen der persönlichen „Haar-Individualität“. Ob natürlich gewachsen oder künstlich gefärbt: sie unterstreicht die Persönlichkeit des Menschen.

BLOND

Blonde Haare bei Frauen gelten als „sexy“, es wirkt freundlich und lässt die Trägerin strahlen. Naturblondes Haar entsteht bei Menschen, die relativ wenig Melanin produzieren. Es ist oft sehr fein und neigt zu Trockenheit, sodass es relativ viel Pflege benötigt. Künstlich blondiertem Haar wurde mit Wasserstoffperoxyd die Farbe entzogen, was es stark schädigt, weshalb es eine besonders intensive Pflege gerade nach dem Blondieren benötigt. Außerdem ist ein regelmäßiger Schnitt der Spitzen wichtig, da es eher zu Spliss neigt.

BRAUN

Braun gibt es in jeder Schattierung: von ganz hellem Milchkaffeebraun bis zum tiefdunklen Ebenholzbraun ist alles möglich. Es ist ein sehr warmer Farbton, zu dem sowohl elegante als auch lässige Frisuren passen. Für diese Haarfarbe sind besondere Pflegeprodukte empfeh-

lenswert, da sie die natürliche wie die künstliche Farbe durch besondere Zusätze, wie z. B. farbige Pigmente, zum Leuchten bringen. Natürliche Öle lassen braune Haare besonders strahlen und im Sonnenlicht warm leuchten. Wem „nur“ Braun zu langweilig ist, kann es z. B. mit helleren oder rötlichen Strähnchen kombinieren.

ROT

Frauen mit rotem Haar wird eine hohe Sinnlichkeit nachgesagt. Sie selbst sehen in rotem Haar eher Selbstbewusstsein und Individualität. Während die meisten ihr rotes Haar mühevoll färben müssen, sind Träger von naturroten Haaren mitunter gar nicht so glücklich damit. Sie haben oft eine sehr sonnenempfindliche Haut und müssen sich viel stärker gegen Sonneneinstrahlung schützen. Damit das Rot lange strahlend und intensiv bleibt, gibt es dafür ebenso spezielle Pflegeprodukte, die vor allem auch sicherstellen, dass es bei Sonnenlicht nicht so schnell ausbleicht. Da geschädigte und trockene Haare die Farbpigmente nur schlecht halten, ist auch für coloriertes Haar eine regelmäßige Pflege unerlässlich. Rot gibt es ebenso wie Braun in allen Schattierungen: Kupferrot wirkt relativ natürlich, knalliges Rot ist ein Ausdruck von besonderer Individualität und dunkles Rot zeugt von Eleganz.

SCHWARZ

Schwarzes Haar ist ebenso ein Ausdruck von geheimnisvoller Eleganz, allerdings macht es helle Hauttypen schnell blass und käsig. Naturschwarze Haare sind in Europa eher in südlichen Regionen zu finden. Meist ist diese Farbe mit sehr unempfindlichen Haaren verbunden, die aufgrund ihrer Dicke oft schwer zu bändigen sind. Abhilfe schaffen auch hier spezielle Pflegeprodukte, die die Haare glätten. Asiaten dagegen haben oft sehr feines, strähniges Haar. Naturschwarze Haare können nur nach einer vorhergehenden Blondierung gefärbt werden, die das Haar stark schädigt, weshalb es dann einen erhöhten Pflegebedarf hat. Schwarz gefärbte Haare brauchen ebenso spezielle feuchtigkeitsspendende Pflegeprodukte.

HAARTYP

DÜNNES HAAR

Bei diesem Haartyp ist tatsächlich jedes einzelne Haar dünn, sodass es wenig Volumen hat. Es ist nicht immer leicht, feines Haar zu stylen. Zöpfe können wie dünne Rattenschwänzchen wirken, aufwändige Flechtfrisuren sind oft gar nicht möglich, das Haar hängt glatt und ohne Volumen herunter und „fliegt“ leicht und auch Locken halten eher schlecht. Aber es ist leicht kämmbaar und mit ein paar Tricks können Sie es auch toll stylen. Dünnnes Haar fettet oft schneller, wobei Sie es trotzdem nicht täglich waschen sollten, da die Kopfhaut sonst noch schneller nachfettet. Conditioner am besten nur in den Spitzen verteilen, damit die Haare nicht zu schwer werden.

Spezielle Produkte für feines Haar kräftigen es und geben ihm mehr Volumen. Auch volumengebende Schaumfestiger und Haarsprays sind für das Styling empfehlenswert. Aber Achtung: Verwenden Sie nicht zu viele Produkte, sonst wird das Haar zu schwer und hängt erst recht wieder glatt herunter.

TIPP

Lassen Sie sich von Ihrem Friseur die Haare leicht stufig schneiden - ein Stufenschnitt lässt es fülliger und voluminöser aussehen.

DICKES HAAR

Dicke Haare sind füllig und voluminös, oft aber auch schwer zu bändigen und neigen zu Trockenheit. Sie leiden oft unter Spliss und können bei zu wenig Pflege strohig wirken. Nach dem Waschen sind sie oft verfilzt und schlecht kämmbaar. Zöpfe wirken vielleicht zu dick und die trockenen Haarspitzen stehen aus den Strähnen heraus. Hochsteckfrisuren und andere Stylings halten nur schlecht oder gar nicht. Auch dicke Haare sollten nicht zu oft gewaschen werden, da sie leicht trocken und spröde werden, wenn das natürliche Haaröl zu häufig abgewaschen wird. Für Stylings mit dicken Haaren sollten Sie Produkte verwenden, die für viel Halt sorgen. Auch eine regelmäßige Kur ist empfehlenswert, um das Haar weicher und gepflegter zu erhalten und seinen Glanz zu bewahren.

TIPP

Verwenden Sie für Stylings mit dicken Haaren besonders große Zopfhalter und Haarnadeln, damit Ihre Frisur besser hält.



PFLEGE

SHAMPOO

Die richtige Pflege für Ihre Haare beginnt mit dem für Ihre Haarbedürfnisse passenden Shampoo. Es reinigt das Haar und die Kopfhaut. Dabei öffnet es die Schuppenschicht des Haares, löst Ablagerungen und Schmutzpartikel heraus und entfernt das Haarfett.

Es gibt unzählige Shampoos für alle Arten von Haaren auf dem Markt. Von Repair-Shampoo, Shampoo für fettes Haar, Volumen-Shampoo bis zum Shampoo für coloriertes Haar sowie Schuppenshampoo ist die Auswahl riesig und damit oft völlig unübersichtlich. Welches Shampoo im Endeffekt dann zu Ihrem Haar passt, können nur Sie selbst durch Ausprobieren feststellen. Wichtig ist allerdings, dass Sie genau auf die Ingredienzien achten und Ihr Shampoo (und auch Ihr Conditioner und Ihre Spülungen) keine Silikone, Sulfate und Parabene beinhaltet.

Silikone sind eine Erfindung, die die Haarpflege nach außen hin einfach macht: Sie legen sich wie ein Film um das Haar, machen es weich,

bringen es zum Glänzen, schützen Tönungen und bringen gefärbtes Haar zum Leuchten. Allerdings versiegelt das Silikon das Haar, verhindert die Aufnahme von Nährstoffen und lässt es nur nach außen hin erstrahlen, während es darunter „verhungert“ wird. Außerdem reagieren viele Menschen mit Rötungen, Juckreiz und Ausschlägen im Gesicht und auf der Kopfhaut allergisch auf diese Zusatzstoffe, sodass von Shampoos mit Silikonen eher abzuraten ist.

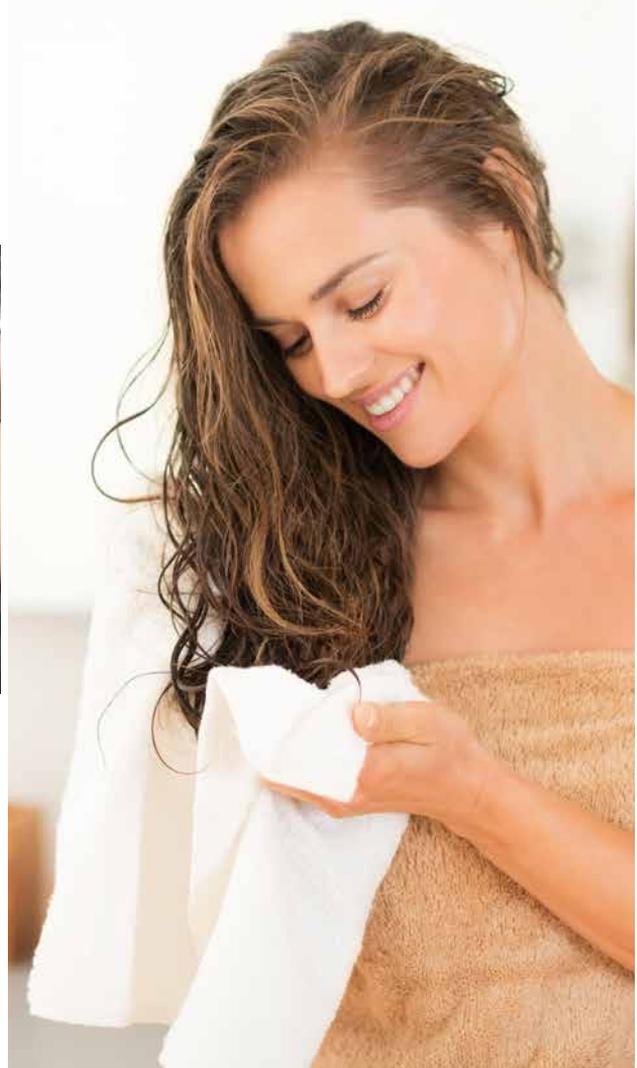
Sulfate sind ebenso fragwürdige Zusätze. Sie sorgen für die starke Schaumbildung und erleichtern uns das Waschen unserer Haare. Allerdings entfernen sie nicht nur den alltäglichen Staub, sondern alle Rückstände der verwendeten Pflegeprodukte sowie das natürliche Haarfett, sodass die Kopfhaut austrocknet und mit Spannungsgefühl und Juckreiz reagiert. Auch die Haare trocknen aus und werden spröde. Außerdem stehen sie im Verdacht, Mitverursacher von schweren Erkrankungen und Langzeitschäden zu sein.



Shampoos reinigen das Haar und die Kopfhaut.



Oftmaliges Waschen lässt das Haar schneller nachfetten.



Drücken Sie Ihre Haare mit einem Handtuch gut aus - nicht rubbeln!

Parabene werden oft als Konservierungsmittel eingesetzt. Sie stehen im Verdacht, in den menschlichen Hormonhaushalt einzugreifen und schwere Krankheiten zu verursachen.

Wie oft Sie Ihre Haare waschen, liegt natürlich in Ihrem Ermessen und hängt auch von Ihren Haaren und ihrer Beschaffenheit ab. Allerdings sollten Sie bedenken, dass oftmaliges Waschen die Haare weit schneller nachfetten lässt. Durch das Waschen wird das Haar nicht nur von Schmutz befreit, sondern auch vom Haarfett, das es für die Geschmeidigkeit und den Glanz benötigt. Je öfter Sie Ihr Haar waschen, desto stärker produziert Ihr Körper das Haarfett nach - sehr bald befinden Sie sich in einem Teufelskreis. Es ist daher tatsächlich ratsam, das Haar nicht zu oft zu waschen (zwei- bis dreimal pro Woche,

je nach individuellem Bedürfnis) und auch mal einen „Bad-Hair-Day“ zu riskieren. Sie tun Ihrer Kopfhaut und Ihrem Haar damit definitiv etwas Gutes. Mit der Zeit werden die Waschintervalle langsam größer und das Gefühl, das Haar wäre fett, tritt erst später auf.

TIPP

Nasse Haare sind besonders empfindlich und brechen viel schneller ab als trockene. Gehen Sie mit ihnen nach dem Waschen daher besonders vorsichtig um und rubbeln Sie sie nicht mit dem Handtuch trocken, sondern drücken Sie sie nur darin aus und kämmen Sie sie entweder ganz vorsichtig oder bürsten Sie sie am besten erst nach dem Föhnen.

Der Conditioner verschließt die Schuppenschicht des Haares nach dem Waschen.



CONDITIONER

Jede Haarwäsche sollte mit der Verwendung des Conditioners als schnelle Pflege für das Haar abgeschlossen werden.

Das Shampoo reinigt das Haar und die Kopfhaut. Dabei öffnet es die Schuppenschicht des Haares, löst Ablagerungen und Schmutz heraus und entfernt das Haarfett. Durch das Öffnen der Schuppen ist das Haar empfindlich für Hitze, Kälte und Schadstoffe und es trocknet leichter aus. Der Conditioner hat die Aufgabe, die Schuppenschicht wieder zu verschließen und das Haar dabei mit Pflegestoffen und Feuchtigkeit zu versorgen, sodass es geschützt ist und keine Feuchtigkeit verliert. Es wird besser kämmbar, läßt sich nicht statisch auf und glänzt schön.

Es gibt Conditioner zum Ausspülen und so genannte Leave-In-Conditioner, die im Haar verbleiben.

TROCKENSHAMPOO

Trockenshampoo feiert in den letzten Jahren ein Revival. Die darin enthaltenen Silikate und Stärkemischungen nehmen überschüssiges Haarfett auf und lassen die Haare vorübergehend nochmal fluffig-frisch wirken. So hilft es Ihnen, Ihr Waschintervall um mindestens einen Tag, manchmal auch um bis zu drei Tage hinauszuzögern.

Auch für das Styling wird es sehr geschätzt, da es das Haar griffiger macht und so mehr Halt und auch Volumen gibt. Es macht das Haar auch geringfügig schwerer, sodass sich sehr feine bzw. frisch gewaschene Haare leichter stylen lassen.

HAARSPRAY

Haarspray macht eine fertige Frisur haltbarer, festigt sie und gibt dem Haar zusätzlichen Glanz. Besonders vorteilhaft für den Halt ist er bei ungünstigen Witterungsverhältnissen – wie starkem Wind oder Regen.

Er wirkt wie ein Haarnetz, das über das Haar gezogen wird. Seine Inhaltsstoffe werden bei der nächsten Wäsche einfach wieder ausgewaschen.

HERAUSFORDERUNGEN

FETTE HAARE

Fette Haare entstehen durch eine Überproduktion der Talgdrüsen der Kopfhaut. Das Haar greift sich dabei kurze Zeit nach dem Waschen schon wieder fett und schmierig an, hängt strähnig herunter und nimmt auch Gerüche leichter an. Fettiges Haar kann genetisch vererbt, aber auch von Hormonschwankungen, Umwelteinflüssen, Stress, Krankheiten, zu oftmaligem Haarwaschen etc. verursacht werden.

Als Gegenmaßnahmen können weniger häufiges Waschen und die Verwendung von speziellen Anti-Fett-Shampoos und -Pflegeprodukten, die zwar viele Waschsubstanzen (Tenside), aber nur wenige oder gar keine Öle beinhalten, helfen. Auch Kräuterspülungen aus Kamille, Salbei oder Rosmarin können regulierend wirken.

TROCKENE HAARE

Sehr trockenes Haar tritt vor allem bei langem Haar auf. Es wird dann brüchig, neigt zu Spliss, verliert seinen Glanz und wirkt struppig und ungepflegt. Ursachen sind mitunter Veranlagung, zu häufiges Waschen mit Anti-Fett-Shampoos, aber auch die Tatsache, dass die unteren Bereiche von langen Haaren oft nicht genügend mit Haarfett versorgt werden können.