



Volumenspray, der giver et miniløft ved hårrødderne – blandt andet med hjælp fra ingredienser som honning, lecitin og roesukker. *Less is More Angleroot Volume Spray*, 190 kr. (barnholdts.com)



Kun lidt skummende shampoo med æteriske olier, hyaluron og olivenolie. Kiehls *Damage Repairing & Rehydrating Shampoo*, 160 kr. (Kan købes i Magasin om en måned)



Jomfrukokosolie – både til hår og mad. Kan bruges som hårmaske eller til at samle spidser. Pukka *Organic Virgin Coconut Oil*, 112 kr. (naturesource.dk)



Kun lidt skummende shampoo til ekstra tørt hår. Indeholder æteriske olier og det kokos-afledte vaskestof sodium coco-amphoacetate. John Masters *Organics Evening Primrose Shampoo for dry hair*, 219 kr. (tlf. 55721100)



Hårbalsam med blødgørende og fugtmættende hvedefedtsyrer, honning, aloe vera og glycerin. Jurlique *Sandalwood Conditioner*, 165 kr. (jurlique.dk)

Volumenspray, der giver et miniløft ved hårrødderne – blandt andet med hjælp fra ingredienser som honning, lecitin og roesukker. *Less is More Angleroot Volume Spray*, 190 kr. (barnholdts.com)

Gode råd til sunderе hår

- En god kosttilskudscocktail af b-vitaminer vil hjælpe, men kun hvis du er i en mangelsituation.
- Kokos er kendt for sine genopbyggende egenskaber, når det gælder hår.
- For mange stylingprodukter kan tynde håret og pakke det så godt ind, at vækst-betingelserne forringes.
- Skrappe sulfater kan ifølge kritikere ødelægge – dvs. åbne – håret, så det bliver mindre modstandsdygtigt over for ydre påvirkninger, og proteinerne vaskes ud ved hårvask.
- Børst håret godt igennem – gerne med en natur-hårbørste. På den måde får du olierne fra hovedbunden ud i håret, hvor de giver glans.
- Undgå eller minimér hårfarvning.

Kilder: kemiker Ole Olsen og håreksptert Anneliese Brander

Af Anette Kristine Poulsen



Den britiske skønhedsblogger og forfatter **Lucy Read** er stoppet med at vaske hår. Og hun har hverken dreadlocks eller ligner en huleboer. Tværtimod skinner hendes røde hår og ser ligefrem godt ud, hvis man skal tro billederne i den britiske avis The Telegraph. Forleden bragte avisen historien om bloggeren, der stoppede med at bruge shampoo, balsam og andre stylingprodukter – og fik flottere hår. Og satte dermed fokus på en ny international skønhedsbevægelse, som anbefaler at droppe hårvask og skære kraftigt ned på stylingprodukterne.

Lucy Reads motivation til eksperimentet var en nysgerrighed efter at teste vandrehistorien om, at hår – hvis man ikke vasker det – skulle blive selvrensende. Og så blev hun kedeligt overrasket, da hun kiggede bag på sin shampooflaske og blev opmærksom på den lange liste af indholdsstoffer.

Internationalt er fænomenet døbt “no poo”, og selvom det er opsigtsvækkende og lettere grænseoverskridende at smide shampooen ud, så er sparsom hårvask ikke noget nyt. Jeg er sikkert ikke den eneste, der voksede op med en mor, som fik håret vasket ude en gang om ugen.

Det var helt efter bogen – vask, vand-ondulering og afsluttende blæs i astro-nautlignende tørrehjelme. Hjemme var der tørshampoo og hårspray på hylden. I øvrigt en tid, som den amerikanske frisørkæde **Dry Bar** har genoplivet med succes.



En ny skønhedsbevægelse anbefaler at droppe hårvask og stylingprodukter for at få lækkert hår. PR-foto

Sociolog **Eva Steensig** kalder fænomenet både tidstypisk og spændende.

“Måske har vi haft fire-fem hårprodukter for meget, og når vi så bliver overvældet af hele arsenalet, begynder vi en tid, som den amerikanske frisørkæde **Dry Bar** har genoplivet med succes.

På landet og bliver selvforsynende,” siger hun.

Når noget bliver for meget, så går vi ofte kontra, forklarer Eva Steensig. Hun forventer dog, at no poo-tendensen bliver i en udvasket version herhjemme.

“Man skal huske, at det er de færreste, der tager den helt

derud, hvor håret ikke vaskes, siger Eva Steensig og forudser flere “all-in-one-produkter”, mere enkelhed i forbrugsvaernerne og naturlige produkter.

“Måske kommer industrien selv med løsninger. De er ofte gode til at læse tendenserne.” Men kan man virkelig kvitte hårvasken helt uden at

stå tilbage med fedtet hår? **Anneliese Brander fra Haar-klinikken** i Aarhus vil hellere anbefale at skrue ned for bruget af stylingprodukter. Hun møder mange med såkaldt “kvalitetsforringet hår” – altså tørre og tynde og lokker – men kalder det en myte, at hyppig hårvask har skylden.

Børsen tester tendensen

Børsens modereredaktør **Rikke Agnete Dam** har siden begyndelsen af sommerferien fravalgt varmebehandling, tilvalgt sulfatfri shampoo, men dog beholdt en konventionel balsam. Hendes tilbagemelding lyder:

“Mit hår er mindre tørt. Før var det nærmest som hø, når jeg havde vasket det, selvom jeg brugte en “god” shampoo og masser af balsam. Det har også fået meget mere fylde, er blevet mere blankt og mindre slidt. Det ser simpelthen tykkere ud, hvilket er ret vildt efter så forholdsvis kort tid. Det falder og krøller nu af sig selv – et look, som jeg tidligere fik ved at føntørre og krølle. Faldet forstærkes, når jeg bruger olie i spidserne. Jeg bruger tilmed mindre tid på det – jeg lader det tørre af sig selv, hvilket selvfølgelig er nemt om sommeren og sværere om vinteren.”

AKP

“Nej, det er derimod hårfarve, daglig føn og varme fra glattejern samt ophobning af stylingprodukter med især ingredienser som silikone, der kan lægge sig som en badehætte på hovedbunden”, siger hun og tilføjer, at det vil kræve flere og flere stylingprodukter at peppe den slags hår op. Dermed skabes en ond cirkel.

For og imod nul hårvask

Hun er dog ikke tilhænger af at droppe shampooen helt, fordi man i løbet af nogle dage vil danne et talglag, der kan sætte sig på hovedbunden.

“Jeg har set, hvordan uvasket hår efter en måned begynder at danne dreadlocks”, siger hun, men kommer dog alligevel i tanke om et tilfælde, hvor nul hårvask fungerede.

“Det var en professionel surfer, der dagligt fik håret skyllet med masser af saltvand.”

For os, der ikke surfer, er det store spørgsmål så, hvilke ingredienser der bedst og mest skånsomt vasker håret rent.

Her har svaret i nogen tid været sulfatfri shampooer, fordi sulfater, især sulfaterne SLS og SLES, møder kritik for at være for krasse ved håret. Bl.a. i en analyse udarbejdet af det videnskabelige tidsskrift Cosmetics & Toiletries samt i bogen “No More Dirty Looks,” hvor forfatterne lægger op til at gå mildt til værks for ikke at strippe hovedbunden for

dens egne gavnlige fedtstoffer. **Ole Olsen** er kemiker og manden bag mærket **Purely Professional**, der er blevet populært herhjemme for at være skånsomt for håret. Han forklarer, at for stærke sæbestoffer kan ødelægge hårets beskyttende overflade (kuttikellag), så modstandskraften bliver svækket. Men for ham er koncentrationen af vaskeaktive stoffer også vigtig:

“Der findes ingen sæbestoffer, som ikke påvirker huden og håret, så valg af ingredienser og koncentration er afgørende. Et mildt sæbestof i en høj koncentration kan være lige så utålelig som et irriterende sæbestof i en lav koncentration.”

En god tommelfingerregel er, at lavskumsprodukter generelt er mindre irriterende. Derudover gælder det om at finde sit eget ståsted. Også fordi mange økologiske og naturlige produkter indeholder æteriske olier, som deler vandene:

Nogle vil for enhver pris undgå æteriske olier af allergihensyn, mens andre lovpriser effekten som værende både terapeutisk, virksom og velduftende.

Bliver valgmulighederne for overvældende, er der jo altid Lucy Read og hendes eksperimenterende brug af alt fra æblecidereddike til bagepulver og kokosolie at falde tilbage på.

ankr@borsen.dk

FUSION COLLECTION
Priser fra kr. 4.000



GEORG JENSEN

ESTABLISHED 1904

AMAGERTORV 4 COPENHAGEN — COPENHAGEN AIRPORT — SØNDERGADE 1 AARHUS

WWW.GEORGJENSEN.COM +45 7012 3420