

# **Jinsi ya kufanya nywele zako ziwe na mvuto na kuvutia zaidi**

By SW - Melkisedeck Shine · July 18, 2022

Dondoo za Urembo na Mitindo · #Karibu AckySHINE · #SMS, Vichekesho, Mahusiano, Biashara na Ujasiriamali, Afya, Chemsha Bongo, Dini pamoja na Vitabu kwenye PDF

Mwanamke unywele hasa ukiwa nao, hii ni kauli upya ambayo Muungwana blog inakupa siku ya leo. Miongoni mwa maswali ambavyo huwa tunaulizwa na wasamoaji wetu ni pamoja ni kwa jinsi gani naweza kutengeneza nywele zangu ili ziwe za kuvutia?

Basi nasi bila ya haiana yeyote ile tunakuletea somo hili maalum kwa ajili ya watu wote ambao wanatamani kujua namna ya kuzifanya nywele zako zivutie. Kwanza kabisa kuna vitu vingi vinavyoweza kufanya nywele zako zikakosa afya na mvuto, vitu kama vumbi, upepo, mvua, jua, maji na madawa tunayoweka kwenye nywele zetu pamoja na vyakula tunavyokula ni chanzo kikuu cha nywele zetu kuharibika na kukosa afya na mvuto

Hivyo zifuatazo ndizo njia ya kufanya nywele zako zivutie:

Tumia shampoo inayoendana na nywele zako

Tumia shampoo inayoendana na nywele zako, kuna nywele za aina tofauti. kuna nywele kavu, zenye mafuta, mchanganyiko, na pia kuna nywele nyepesi, laini, ngumu na nzito. zipo aina tofauti za shampoo zinazoendana na aina ya nywele zilizopo . hivyo basi ni vyema unapotaka kuosha nywele ukajua ni aina gani ya shampoo utumie, pia kwenye condition napo unatakiwa kufanya hivyo hivyo.

Usichane nywele kwa nguvu zikiwa mbichi.

Jaribu kuzichana nywele kwa kichanuo kikubwa, au jaribu kuziacha mpaka zikauke ndo uzichane. unapochana nywele mbichi tumia kitana kikubwa na chana taratibu ukianzia nyuma kuja mbele. kuchan nywele zikiwa mbichi bila kufuata utaratibu kutafanya nywele zako zikatike na ziharibike.

Kula vyakula venye protin na matunda

kula vyakula venye protin na matunda kutasaidia kuimalisha afya ya nywele zako na kuzifanya ziwe nzuri na za kuvutia.

Kata ncha za nywele zako

kukata ncha za nywele zako kunasaidia kufanya nywele zako kujizaa upya, mara nyingi seli katika ncha za nywele hufa. seli zinapokufa huzui nywele zinazozaliwa kushindwa kustawi vyema na hivyo kuzifanya nywele zako kukosa afya. japo wanawake wengi huwa hawapendi kukata ncha za nywele zao wakihofia nywele zao kuonekana fupi. lakini ukweli ni kwamba unapokata ncha za nywele zako unasaidia nywele zako kupata nafasi ya kukua vizuri na kuwa zenye afya nzuri na kuvutia.

Osha nywele zako angalau mara moja kwa wiki

kuosha nywele zako angalau mara moja kwa wiki kutasaidia kuzifanya nywele zako ziwe na afya. Hata kama uko busy sana basi jitahidi isipite wiki mbili bila kuonsha nywele

zako.

Zifunge nywele zako kabla ya kulala

Unapotaka kulala hakikisha unazifunga nywele zako, unaweza kuzisuka mabutu au kuzifuna vizuri na kuzibana. kulala huki ukiwa umeziachia nywele zako hufanya nywele zikatike na kuharibika

Tumia mafuta asili

Badala ya kutumia mafuta yenye kemikali nyingi kutoka viwandani, jaribu kutumia mafuta ya asili katika kutunza nywele zako. tumia mafuta kama ya nazi au parachichi kupaka nywele zako.

Zilinde nywele zako na jua

W akati utakapokuwa unaelekea kwenye sehemu yenye jua kali, vumbi au upepo. zilinde nywele zako kwa kuzifunika na kofia, scarf au mtandio. Pia unaweza kuzipaka sunscreen.