Выпадение волос происходит систематически у каждого человека, вне зависимости от того мужчина Вы или женщина. Срок жизни волоса в среднем составляет 4 - 5 лет. Очень часто, смотря на расчёску или подушку, мы понимаем что срок сократился намного. От чего же это происходит? И для мужчин и для женщин одинаково на здоровье волос влияет окружающая среда.

Плохая экология, специфика работы, внешние факторы - солнце, мороз, жара и ветер - всё это отражается на здоровье наших волос. Без соответствующего элементарного ухода срок жизни волоса сокращается как минимум вдвое. Выпадение волос для мужчин носит ещё и наследственный характер. Учёными доказано, что облысение передаётся по наследству и тут уж никакие чудодейственные средства не помогут. Выпадение волос у женщин обусловлено частым окрашиванием, химической завивкой и другими воздействиями на волосы.

Конечно, без окрашивание волос , мало кто обходится, поэтому соблюдайте простые правила окрашивания для того, чтобы увеличить срок жизни волос.
Красота и здоровье
волос в Ваших руках! Для прекращения выпадение волос необходим тщательный уход. Для этого используйте маски для волос, употребляйте в пищу достаточное количество микроэлементов и витаминов. В солнечную погоду не выходите на улицу без головного убора, да и в дождливую гулять без зонта не рекомендуется. Заботьтесь о своих волосах! Ведь
выпадение волос
легче предотвратить, чем бороться с ним!

Прочитать еще:

6) [Обрезание камней](#)
7) [Заговоры на рыбалку](#)