

MOJE TELO SE SPREMINJA

# Kako naj skrbim za svoje telesne dlake?

KLJUČNE BESEDE

dlake na telesu | depilacija | higiena



Če si opazil\_a, da ti po vsem telesu rastejo dlake, se morda sprašuješ: "Kaj naj storim?" Ne obstaja enoten odgovor na to vprašanje. Lahko pa pomagamo z nekaj nasveti in običajnimi praksami, ki ti bodo omogočili, da se odločiš za to, kar ti najbolj odgovarja.

Mnogi ljudje se odločijo, da si bodo urejali telesne dlake zato, da bi ostali in se počutili **higienično, estetsko in udobno v svojem telesu**. Kako to storiš?

- Prvič: čistočo telesa, vključno z dlakami, lahko vzdržuješ z vsakodnevnim kopanjem ali prhanjem in uporabo ustreznih izdelkov za čiščenje in nego.
- Drugič: Morda boš želel\_a razmisliti o metodah odstranjevanja dlak, če se ti to zdi bolj estetsko ali udobno.

Če se odločiš za nego telesa z odstranjevanjem dlak, je tukaj nekaj najbolj popularnih metod za odstranjevanje:

- **Striženje**

Če šele začenaš z nego, morda želiš začeti počasi in najprej uvesti manjše spremembe. Temu je namenjeno striženje. Uporabi čiste in ostre škarje ter odreži daljše dele dlak. Bodi previden\_na in delaj počasi.

- **Uporaba depilacijskih krem**

Depilacijske kreme, geli in pene delujejo na podlagi kemične reakcije, ki oslabi dlako, da jo je mogoče odstraniti s plastičnim strgalom. Depilacijske kreme oslabijo tudi ponovno rastoče dlake, ki so z vsakim tretmajem tanjše in občutljivejše. Učinki te metode odstranjevanja dlak trajajo dlje kot pri običajnem britju in lahko pustijo kožo gladko še približno 10 dni po postopku.

- **Britvice za britje**

Britje je običajno za področja, kot so noge, pazduhe, pri mladih moških pa tudi obraz. Če si se odločil\_a za britje, izberi kakovostno britvico in uporabi kremo ali gel za britje, da se izogneš draženju kože. Brij se v smeri rasti dlak in ne proti njej ter počasi, da se izogneš urezninam.

- **Voskanje**

S pomočjo voska odstranimo dlake vključno z njihovimi koreninami. Velja za zelo učinkovitega, saj nove dlake zrastejo šele po 4-6 tednih.

- **Odstranjevanje s pomočjo laserja**

Zaradi ponavljajoče se izpostavljenosti dlak z laserju se poškoduje dlačni mešiček, kar vodi do njegove trajne odstranitve in s tem prepreči dlaki, da bi tam še kdaj zrastle. Po 6-8 tretmajih je mogoče doseči učinek, ki lahko traja več let. Gre za najdražjo možnost.

Pomembno je omeniti še en način urejanja dlak na telesu: ohrani jih naravne! Nič ni narobe, če pustiš dlake na telesu prav takšne, kot so.

Telesne dlake so naravni pojav, zato mora biti odločitev o njihovi odstranitvi ali ohranitvi osebna in usklajena z lastnim občutkom za estetiko in udobje, ne pa zaradi modnih smernic in želje po ugajanju drugim. Kako se želiš izraziti, je odvisno samo od tebe. Zato se prepusti naravnemu videzu ali pa vzemite britvico - tvoje telo, tvoja pravila!

**MOJE TELO SE SPREMINJA**

