টাক ঢেকে যাক চুলে

অনেকের বংশগত কারণে বেশি চুল পড়ে। তবে ভুল শ্যাম্পু, স্প্রে বা অয়েন্টমেন্ট ব্যবহারের কারণেও চুল পড়ে। বেশির ভাগ ক্ষেত্রে আমরা বন্ধুবান্ধব বা এর-ওর পরামর্শে চুল পড়া কমানোর জন্য বা নতুন চুল গজানোর জন্য নানারকমের উপাদান ব্যবহার করি।

এতে দীর্ঘমেয়াদি ফল লাভ খুবএকটা হয় না। ফলে হতাশা পেয়ে বসে। আবার অনেক অর্থও অপচয় হয়। চুল পড়ার পেছনে কোনো সুনির্দিষ্ট কারণ আছে কিনা, সেটা খুঁজে বের করা উচিত ও কারণটির চিকিৎসা জরুরি। প্রথম দিকে কিছু স্প্রে বা ওষুধ, ভিটামিন ইত্যাদি দিয়ে চুল পড়া কমানোর চিকিৎসা করা হয়।

মাথার চুল একজন পুরুষকে ব্যক্তিত্বসম্পন্ন করে। তবে অসময়ে অতিরিক্ত চুল পড়ে যাওয়া ও শেষে ঠাক পড়া খুবই অস্বস্তিকর।

অনেকে পুরুষের দেখা যায় মাথার সামনের দিকে বা মাঝখানে চুল পাতলা হতে থাকে। বিশেষ করে যারা হেলমেট পরেন তাদের আগে টাক পড়ে।

মাথায় চুল পাতলা হতে থাকলে অবশ্যই ঘরোয়া কিছু উপাদান ব্যবহার করতে পারেন।

জবা ফুলের রস

১. ১ গ্লাস পানি ফুটিয়ে এতে ২টি জবাফুল দিয়ে ৩-৪ মিনিট সিদ্ধ করুন। এরপর সিদ্ধ পানি ছেঁকে ঠাণ্ডা করে লেবুর রস মিশিয়ে নিন। এরপর চুল শ্যাম্পু করার পরে এই মিশ্রণটি মাথায় লাগিয়ে নিন। জবা ফুলের রস চুলের গোড়ার জন্য উপকারী।

নিমপাতা

তিন গ্লাস পানিতে ১০টি নিমপাতা ফুটান। এবার ঠাণ্ডা করে চুলের গোড়ায় মিশ্রণটি লাগিয়ে নিন। সপ্তাহে দু’বার ব্যবহার করুন।

অলিভ অয়েল

অলিভ অয়েল ২ চামচ মধু এবং ১ চামচ দারচিনি গুঁড়ো ভালো করে মেশান। মিশ্রণটি ভালো করে চুলের গোড়ায় লাগিয়ে নিন। ১৫ থেকে ২০ মিনিট রেখে নিন। এরপর শ্যাম্পু করে চুল ধুয়ে ফেলুন। সপ্তাহে

□□□□□ □□□□□□□ □□□□□