PRESSEINFORMATION

**Take care of your hair**

**Innere Stärke für schönes Haar**

**Ein Bild, das Person, Wand, drinnen, Kleidung enthält.

Automatisch generierte BeschreibungLangenfeld, Juni 2021. Manchmal fühlen wir uns kraftlos, ausgelaugt oder auch „hängengelassen“. Den Haaren geht es ähnlich. Besonders wenn sich in die täglichen Beauty-Routinen Fehler einschleichen, die wir gar nicht bemerken. Auf einmal folgt ein Bad-Hair-Day dem nächsten und man kann sich die Ursachen nicht erklären.**

**Fünf häufige Fehler bei der Haarpflege**

Neben verschiedenen inneren Faktoren, die Haarstruktur und -wachstum beeinflussen, etwa Stress, hormonelle Beeinträchtigungen oder zunehmendes Alter, können auch äußere Faktoren wie die falsche Pflege zu kraftlosen Haaren beitragen.

### Zu heiß waschen

Wer seinen Haaren etwas Gutes tun will, dreht für das Waschen und Abspülen der Pflegeprodukte die Temperatur etwas herunter. Die hohen Temperaturen greifen auf Dauer die natürliche Schutzschicht der Haare an und macht sie spröde und trocken.

1. **Zu viel Shampoo**

Um Kopfhaut und Haare zu waschen, braucht es weniger Shampoo als man denkt. Beim Haarewaschen geht es ja unter anderem darum, die Kopfhaut von Fett und abgestorbenen Hautschüppchen zu befreien und die Haarlängen zu pflegen. Dafür reicht es, die Kopfhaut mit einer weintraubengroßen Menge Shampoo zu massieren und das Shampoo aufschäumen zu lassen. Wer zu viel Shampoo benutzt, kann die Haare schnell überpflegen – sie können durchaus trockener werden und damit noch anfälliger für äußere Einflüsse.

### Haare trocken rubbeln

Wenn die Haare nass sind, ist ihre Struktur aufgeweicht und angreifbar. Aggressives Trockenreiben mit dem Handtuch kann diese dann stressen. Daher die Haare besser ins Handtuch eindrehen und sanft auswringen, um die erste Tropfnässe herauszubekommen.

1. **Haarkuren und Conditioner auf der Kopfhaut**

Ob eine Haarspülung, -maske oder -kur: Diese Produkte gehören nicht auf die Kopfhaut. Das beschwert den Schopf und lässt die Mähne später strähnig erscheinen. Eine Haarspülung oder Kur wird nach dem Waschen sparsam in den Haarlängen verteilt. Ein Kamm hilft dabei, das Produkt gleichmäßig zu verteilen.

### Nasses Haar mit Hitze stylen

Meist ist es Zeitdruck, der uns morgens mit noch nassen Haaren direkt zum Föhn oder dem Glätteisen greifen lässt. Die im nassen Zustand so empfindliche Struktur neigt durch extreme Wärme jedoch eher zu Spliss. Daher lieber etwas mehr Zeit einplanen und die Haare an der Luft vortrocknen lassen. Wer es wirklich eilig hat, sollte die Föhn-Temperatur drosseln und 20-30 cm Abstand zum Kopf halten.

**Hair-Support von innen**

Wie unsere Haut auch, haben die Haare Bedürfnisse für eine umfassende Unterstützung und daher sollte auch die Haarpflege ganzheitlich betrachtet werden. Wichtig ist es deshalb, für ein gutes Gleichgewicht zu sorgen und die Haare mit wichtigen Nährstoffen von innen zu unterstützen. Dazu zählen die verschiedenen B-Vitamine wie Biotin oder auch Thiamin (B1), Aminosäuren wie L-Cystein und   
L-Methionin und auch das patentierte KeraLiacin®, das u. a. einen Hirse-Extrakt enthält. Hirse ist reich an Kieselsäure und Silizium und enthält den wichtigen Inhaltsstoff Miliacin. Die Kombination aus dem patentierten KeraLiacin®, L-Methionin und   
L-Cystein sowie weiteren Mikronährstoffen ist exklusiv in Orthomol Hair Intense aus der Apotheke enthalten und kann schöne und starke Haare gezielt von innen unterstützen.

**Orthomol Hair Intense** ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit Selen, Biotin und Zink als Beitrag zum Erhalt normaler Haare und weiteren Mikronährstoffen. Mit dem patentierten KeraLiacin® sowie L-Methionin und L-Cystein. Es ist exklusiv in der Apotheke erhältlich und die Packung mit 60 Kapseln kostet 29,99 € (UVP). Neu ist die 3-Monatskur mit 180 Kapseln für 79,99 € (UVP).

**Orthomol. Bereit. Fürs Leben.**

Die Firma Orthomol in Langenfeld ist der Wegbereiter der orthomolekularen Ernährungsmedizin in Deutschland. Das Unternehmen entwickelt und vertreibt seit 30 Jahren ausgewogen dosierte und für verschiedene Anwendungsgebiete zusammengesetzte Mikronährstoff-Kombinationen. Orthomol-Produkte sind für das Diätmanagement bei unterschiedlichen Erkrankungen und zur Nahrungsergänzung in verschiedenen Lebenssituationen vorgesehen und in Apotheken erhältlich. Ihre Entwicklung und Herstellung erfolgt nach dem internationalen Qualitätsstandard    
ISO 22.000.

Mehr Informationen zu Orthomol und unseren Produkten gibt es auf unseren   
Social-Media-Kanälen:

**Bildergebnis für logo fb**

**Bildergebnis für logo fb schwarzfacebook.com/orthomolbeauty**

**Bildergebnis für logo youtube schwarzinstagram.com/orthomol\_beauty** oder **@orthomol\_beauty**

**youtube.com/orthomol**