

HAARPROBLEM SPLISS - WAS KANNST DU DAGEGEN TUN?

Datum: 2020-07-10

[Druckversion als pdf](#)



Gerade nach einem erholsamen Sommerurlaub mit viel Sonne und Meerwasser fühlt sich das Haar oft strohig und stumpf an, es ist schwer kämmbar und die Haarspitzen sind aufgespalten. Dieser sogenannte Spliss kann sich im Laufe der Zeit von den Haarenden aus immer höher fressen. Letztlich hilft meist nur noch die Schere. Um diesem häufig vorkommenden Pflegeproblem wirksam vorzubeugen, ist es wichtig, die Ursachen zu kennen und bereits im Vorfeld zu vermeiden.

Welches sind die häufigsten Ursachen von Spliss?

- Chemische Haar-Treatments

Chemische Haarfarben wie auch Dauerwellen und Blondierungen strapazieren die gesunde Haarstruktur nachhaltig. Die geöffnete Schuppenschicht der geschädigten, porösen Haarfaser führt zu Feuchtigkeitsverlust, sprödem und fransigem Haar, das für Haarbruch und Spliss anfällig ist. Benutze anstelle chemischer Haarfärbungen besser reine Pflanzenfarben, die dem Haar eine lebendig-natürliche Farbe und zusätzliches Volumen geben.

- **Aggressive Tenside in Shampoos**

Die Qualität der waschaktiven Substanzen bzw. Tenside entscheidet maßgeblich über die pflegenden Eigenschaften eines Shampoos. Übliche konventionelle Shampoos basieren auf hautreizenden, stark austrocknenden Tensiden wie Sodium Laureth Sulfate. Sie zerstören die glättende Fettsäure-Schutzschicht der gesunden Haarfaser, reizen die Kopfhaut und entziehen ihr Feuchtigkeit. Nach längerem Gebrauch solcher Shampoos sieht das Haar zumeist strohig und glanzlos aus, es neigt zu Haarbruch und Spliss. Leider haben sich auch in der Naturkosmetik Bio Shampoos durchgesetzt, die aggressive Schaumbildner als Haupttensid enthalten - allein aus Kostengründen. Das in fast allen Naturkosmetik-Shampoos eingesetzte Sodium Coco Sulfate ist zwar natürlicher Herkunft, irritiert und reizt aber insbesondere sensible Haut. Es trocknet die Haarfaser aus, macht sie spröde, brüchig und splissanfällig.

- **Problematische Inhaltsstoffe wie Silikone und Quats**

Fast alle konventionellen Shampoos, Conditioner und Haarkuren enthalten Silikone und / oder Quats (quartäre / quaternäre Ammoniumverbindungen / QAVs). Diese Mineralölprodukte legen sich wie ein Film über das Haar, machen es leicht kämmbar, glätten und lassen es zunächst glänzend aussehen. Bei längerer Anwendung aber versiegeln Silikone und Quats die Haaroberfläche, so dass dringend benötigte Pflegestoffe nicht mehr an die Haarfaser und die splissanfälligen Spitzen gelangen. Die Haarfaser quillt auf, wird spröde und brüchig. Zudem sind Silikone und Quats biologisch nicht abbaubar. Beim Duschen gelangen sie über das Abwasser ins Grundwasser und in unser Ökosystem.

- **Hitzeanwendungen**

Gönne deinem Haar möglichst häufig eine Auszeit von Glätteisen, Lockenstab und Föhn. Die übermäßige Hitze ist purer Stress für dein Haar und ein echter Spitzenkiller. Die Hitze raut die Schuppenschicht der Haarfaser auf, begünstigt Feuchtigkeitsverlust, sprödes und fransiges Haar. Lass dein Haar daher lieber so oft wie möglich an der Luft trocknen.

- **Äußere Umwelteinflüsse**

Im Sommer entziehen intensive UV-Sonnenstrahlung, Chlor- und Salzwasser deinem Haar Feuchtigkeit. Im Winter ist es der ständige Wechsel zwischen trockener Heizungsluft drinnen

und nass-kalten Außentemperaturen, der deiner Haarstruktur zusetzt, deine Haarspitzen spröde und splissanfällig macht.

Was kannst du tun, um Spliss vorzubeugen?

- **Schonende Haarwäsche**

Achte bei der Auswahl deines Shampoos auf sanfte Haar- und Kopfhaut-schonende Waschsubstanzen. Dabei sind waschaktive Aminosäuren die derzeit mildesten pflanzlichen Tenside. Sie sind optimal hautverträglich und stärken die Haarstruktur von innen, so dass dein Haar widerstandsfähiger und besser geschützt vor Spliss und Haarbruch ist. Empfehlenswert für splissanfälliges Haar sind vor allem das [Bio Repair Shampoo Schizandra Berry](#) für strapaziertes Haar oder das [Bio Shampoo Sanddorn Chia](#) für trockenes Haar. Sie bauen die Haaroberfläche wieder auf und verbessern die Elastizität der Haarfaser. Nach der Haarwäsche vermeide heftiges Rubbeln mit einem Handtuch. Stattdessen sollte das feuchte Haar nur sanft ausgedrückt und anschließend behutsam gekämmt werden - bei Bedarf mit einer Portion Bio Conditioner vorab in den schwer kämmbaren Haarlängen und Spitzen.

- **Conditioner und Haarkur ohne Emulgatoren und bedenkliche Inhaltsstoffe**

Bio Conditioner ohne Emulgatoren bauen die natürliche Schutzschicht der Haarfaser wieder auf. Der Anteil an ölhaltigen Pflegestoffen sollte bei strohigem, geschädigtem Haar ruhig hoch sein. Bio Haarkuren ohne austrocknende Emulgatoren wirken besonders intensiv als Leave-on ohne Ausspülen – vorausgesetzt, sie haben 100% unbedenkliche und hochwertige Inhaltsstoffe für geschmeidiges und widerstandsfähiges Haar. Generell raten wir dir bei der unüberschaubaren Vielzahl an Inhaltsstoffen, alle deine Pflegeprodukte mit der Codecheck-App auf bedenkliche Inhaltsstoffe zu überprüfen - dann bist du in dieser Hinsicht auf der sicheren Seite.

- **Spezialpflege für mehr Feuchtigkeit und natürlichen Haarglanz**

Für die Extraportion Tiefenpflege empfiehlt sich die kurmäßige Anwendung eines Haaröls. Das [Antistatic Hair Oil mit pflanzlichem Repairkomplex](#), kaltgepresstem Macadamia-, Babassu- und Jojobaöl bewahrt splissanfällige Haarspitzen vor Feuchtigkeitsverlust. Es glättet die aufgeraute Schuppenschicht der geschädigten Haarfaser, macht das Haar geschmeidig und gibt ihm seinen natürlichen Glanz zurück. Das [Bio Argan Haarwachs](#) ist nicht nur vielseitig einsetzbar für ein individuelles Styling. Es bietet zusätzlich einen natürlichen UV-Schutz, gibt eine lebendige Haarstruktur, flexiblen Halt und ein glänzendes Finish. Vorbeugend gegen Spliss empfehlen wir dir, das Haarwachs sparsam auch in die Haarspitzen einzukneten.

- **Regelmäßiger Spitzenschnitt**

Die Haarspitzen sollten nicht zuletzt regelmäßig vom Friseur nachgeschnitten werden. Haare, die längere Zeit nicht geschnitten wurden, werden nämlich mit zunehmender Länge dünner, poröser und somit splissanfälliger. Da das Haar in der Regel ca. einen Zentimeter pro Monat wächst, sollte man die Spitzen zumindest etwa alle 3 Monate nachschneiden lassen.

Egal, welcher Haartyp Du bist: Mit diesen Haarpflegetipps gegen Spliss sollte dein Haar bald wieder gesunder, splissfrei und fühlbar kraftvoller werden.

Über myrto-naturalcosmetics

Myrto-naturalcosmetics produziert seit 2013 innovative Bio-Kosmetik der Premiumklasse, die in unserer eigenen Manufaktur in Bergisch Gladbach entwickelt und handgefertigt wird. Myrto bietet 100% organische Haarpflege-, Körperpflege- und Gesichtspflegeprodukte mit optimierter Hautverträglichkeit für empfindliche und problematische Haut. Die Gesichtspflege ist 100% vegan, frei von Alkohol, hautschwächenden Emulgatoren, Konservierungsstoffen oder Duftstoffen. Unsere Bio-Kosmetik stärkt die natürliche Hautbarriere und enthält eine minimalistische Anzahl natürlicher Inhaltsstoffe.

Weitere Informationen

myrto-naturalcosmetics Manufaktur
Eva Silvana Kruck, Prof. Dr. Peter Kruck
Königsberger Straße 43

51469 Bergisch Gladbach
Telefon: +492202459612
E-Mail: info@myrto-naturalcosmetics.de

Homepage: <https://www.myrto-naturalcosmetics.de>