

**Модная окраска волос  
в домашних условиях.  
От тонирования до...**



**Модная окраска волос в  
домашних условиях. От  
тонирования до укладки**

«РИПОЛ Классик»

2009

Модная окраска волос в домашних условиях. От тонирования до укладки / «РИПОЛ Классик», 2009

На страницах этой книги вы найдете рекомендации по выбору цвета волос, стрижки и укладки в зависимости от своего цветотипа и формы лица, узнаете о способности окрашивания волос, научитесь правильно подбирать краску и наносить ее на волосы. Помимо этого, книга содержит советы по уходу за волосами.

, 2009

© РИПОЛ Классик, 2009

## Содержание

Введение	5
Прическа и исторические эпохи. Роль прически в создании образа	6
Волосы. Структура и типы волос	8
Цветотипы	12
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# **Н. В. Куличкина**

## **Модная окраска волос в домашних условиях. От тонирования до укладки**

### **Введение**

Стремление быть красивой присуще каждой представительнице прекрасной половины человечества. Чтобы выглядеть стильно и модно, женщины идут на различные эксперименты, которые в первую очередь касаются причесок. Однако не все остаются довольными результатом подобных изменений: многие модницы с удивлением обнаруживают, что прическа или цвет волос им не идет. Приходится снова перекрашивать волосы, распрямлять или завивать их или каждый раз перед выходом из дома тратить много времени на укладку.

Как же правильно подобрать цвет волос, стрижку и соответствующую ей укладку? С этим вопросом лучше всего обратиться к опытному парикмахеру или стилисту. Если же у вас нет такой возможности или вы хотите еще до визита в салон определиться со стилем прически и цветом волос, воспользуйтесь рекомендациями, приведенными на страницах этой книги. Прочитав ее, вы сможете выбрать стрижку и цвет волос, которые вам действительно идут. Вы научитесь правильно наносить окрашивающие составы на волосы, узнаете о растительных красителях и способах их применения, а также почерпнете много полезной информации, касающейся создания простых и сложных причесок в домашних условиях.

## **Прическа и исторические эпохи. Роль прически в создании образа**

Археологические раскопки доказали, что с древнейших времен люди придавали особое значение прическе. Что же такое прическа? Она представляет собой некую форму, придаваемую волосам в результате причёсывания, завивки и укладки.

Каждая эпоха характеризуется определенным стилем укладки волос или причёсками, которые в процессе развития общества постоянно менялись.

Прически древних греков отличали воздушность и легкость линий. Они великолепно сочетались с такими же воздушными костюмами с ниспадающими мягкими фалдами и складками. Очень красивыми в то время считались светлые волосы. Однако у большинства гречанок волосы были темными, поэтому они их осветляли.

По изображениям на стенах египетских пирамид можно судить и о том, какие причёски носили фараоны, их приближенные, ремесленники, воины – представители различных слоев общества в Древнем Египте.

В Западной Европе периода раннего Средневековья (IX–XII века) по мере развития и укрупнения городов начала появляться новая профессия – цирюльник. Это был ремесленник, сочетавший в себе функции парикмахера и фельдшера, умевший стричь, брить, завивать, делать причёски, а также выполнять некоторые медицинские процедуры – такие, как, например, кровопускание.

В период господства инквизиции с ее суровыми правилами женщинам предписывалось скрывать волосы головными уборами, которые таким образом пришли на смену причёскам.

В эпоху Возрождения нравы изменились, и волосами вновь стали любоваться и начали создавать из них замысловатые причёски. Особенно модным оттенком того времени считался цвет меда.

В XVII веке европейские государства следовали моде, принятой при французском королевском дворе и в светских кругах. Дворянские мальчики носили длинные завитые локоны, как у юного короля, и взрослые мужчины также начали завивать волосы. Дамы носили кокетливые причёски с завитками, украшенные кружевом. Женская мода диктовалась придворными дамами и во многом зависела от их капризов.

В XVIII веке в моду вошли парики. Женские причёски начали увеличиваться в размерах, пока не превратились в громадные сооружения на каркасах в виде кораблей и садов, украшенные цветами и фруктами, из-за которых дамам было даже трудно садиться в карету. А изготовление этих сооружений требовало от мастеров изобретательности и ловкости. Мужчины стали носить парики с косичкой, перевязанной черной лентой. Для припудривания серых и черных париков использовали муку. У бедных слоев населения это вызывало бурный протест. Когда в 1789 году во Франции произошла Великая французская буржуазная революция, король и королева были низвергнуты, а парики и кринолины были объявлены вне закона, пришла мода на естественные волосы и строгость форм.

С развитием промышленного производства появился интерес к культуре Древнего мира. В результате раскопок древних греческих городов было обнаружено множество образцов скульптур и росписей. Античная тема нашла отражение во внешнем облике горожан. В моду стали входить причёски, стилизованные под древнегреческие, как у мужчин, так и у женщин. Волосы укладывали в пучок, завивали в локоны и украшали диадемой.

XIX век стал истинным расцветом парикмахерского искусства. Дамские причёски выполнялись только из длинных волос, мужские – из полудлинных, образ дополнялся бакенбардами, бородками и усиками. В середине XIX века на первый план вышел венский стиль, причёски

стали роскошными с обилием завитков, пышных локонов по обеим сторонам лица и волосами, убранными на затылке, но не в виде узла, а в форме изящного рисунка. Красавицы украшали свои головки многочисленными причудливо уложенными стоячими петлями разнообразных форм. Прически дополнялись декоративными элементами: лентами, жемчугом, диадемой, вуалью. Мужчины также не пренебрегали локонами, носили высокую челку, оставлявшую открытым лоб, а также бакенбарды.

Россия с Петровской эпохи следовала европейским тенденциям моды. Однако крестьяне во многом продолжали придерживаться старинных русских традиций, в соответствии с которыми замужние женщины покрывали волосы платком, девушки заплетали косу, а мужчины стриглись под горшок и носили бороды.

В XX веке в мире произошли кардинальные изменения: технический прогресс и активное развитие науки отразились и в моде на прически. Популярность получили короткие стрижки (бу-би-копф), был изобретен перманент (химическая завивка, которая могла держаться до 6 месяцев). Женщины вошли в мир науки, производства, спорта, и это отразилось на их облике. Изобретенный в конце XIX века братьями Люмьер кинематограф также стал диктовать моду на прически. Персонажи кино, артисты эстрады стали образцами для подражания. «Лицом века» стала Грета Гарбо, благодаря которой в моду вошли элегантные короткие дамские прически с завивкой, шелковые платья и шубки из шиншиллы.

Со второй половины XX века вновь появилась мода на парики и шиньоны.

В 50-е годы появился новый кумир – Брижитт Бардо, благодаря которой стали модными прямые длинные распущенные волосы, «конские хвосты» и прическа «Бабетта».

Во второй половине XX века на развитие мужской моды оказали сильное влияние «Битлз», а также движение хиппи. Юноши отращивали волосы до плеч и носили их на косой пробор.

В 70-е огромную популярность приобрела «химия» и молодежная мода на неровные растрепанные волосы, появившаяся под влиянием стиля «панк».

В 80-е широкое распространение получили асимметричные стрижки с неровным краем. Но в то же время произошел некий возврат к более женственным и изящным образам.

## Волосы. Структура и типы волос

### Строение волоса

Независимо от типа волосы по своему строению не отличаются друг от друга.

Анатомически волос является производной эпидермиса и представляет собой эластичную роговую нить, состоящую из стержня и корня (рис. 1). Стержень является видимой частью волоса, он выступает над поверхностью кожи.

Человек каждый день теряет 30-100 волос. И это нормально.

Корень расположен в корневом влагалище, образованном ростковым слоем эпидермиса и находящемся в фолликуле, или сумке волоса.

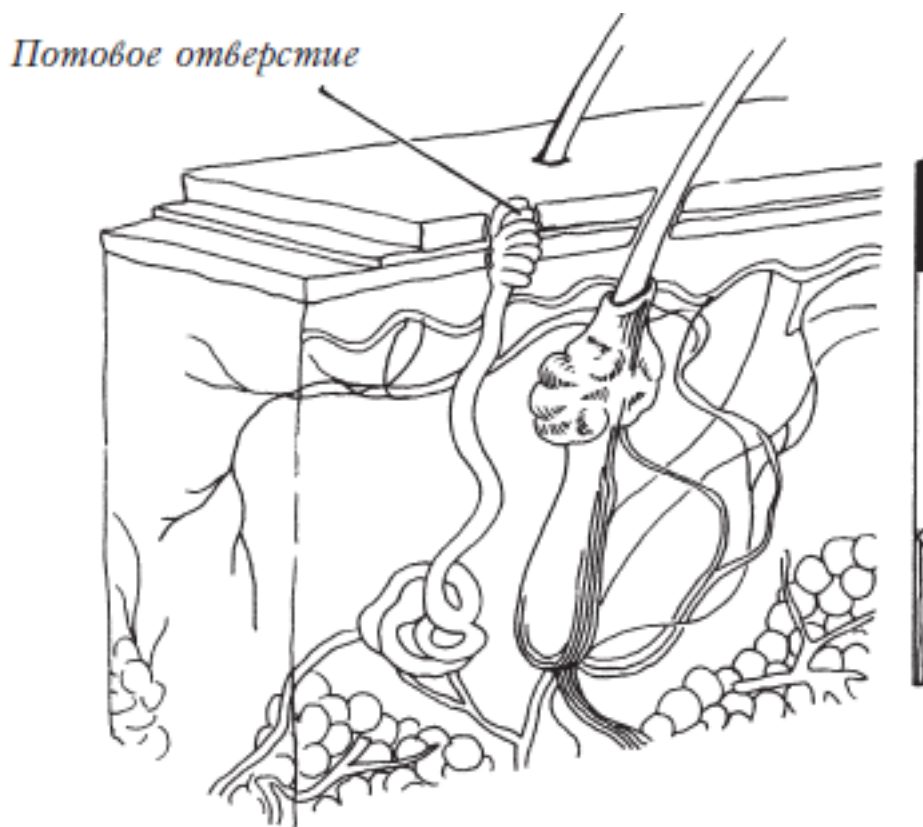


Рис. 1. Анатомическое строение волоса

Волос состоит из нескольких слоев: внутреннего мозгового вещества, среднего коркового вещества и наружного слоя, называемого кутикулой. Их можно увидеть только при поперечном разрезе под микроскопом.

Мозговое вещество составляют не до конца ороговевшие (кератинизировавшиеся) клетки. Корковый слой (около 90 % от общей массы волоса) состоит из ороговевших клеток. Именно он определяет прочность волоса и содержит пигменты, от которых зависит цвет волоса.

Здоровые волосы отличаются чрезвычайной прочностью и упругостью. Волос можно растянуть на 30 % его длины, при этом он способен вернуться к своему исходному состоянию. По прочности волосы сравнимы с алюминием и могут выдерживать нагрузку от 100 до 200 г. В древности женские волосы использовали для изготовления веревок, при помощи которых поднимали большие грузы.

Цвет волос зависит от соотношения количества пигментов, входящих в их состав. Эумеланин придает черно-коричневый цвет, феомеланин – желто-красный.

Корень волоса заканчивается небольшим уплотнением, называемым луковицей. Клетки луковицы усиленно делятся и образуют волос. К луковице примыкает волосяной (или, как его еще называют, дермальный) сосочек, контролирующий рост и состояние волоса. Когда гибнет сосочек, гибнет и весь волос. Но, если в случае гибели волоса сосочек сохраняется, на его месте может вырасти новый волос. Волосяной фолликул постоянно пребывает в циклическом развитии.

К волосяному фолликулу примыкают 2–3 сальные железы, потовая железа, мышца, которая поднимает волос, а также кровеносные сосуды и нервные волокна.

У человека около 200 000 сальных желез, которые вырабатывают до 50 г кожного сала в сутки. Их активность зависит от пола, возраста, стадии менструального цикла, состояния нервной и эндокринной системы и от питания.

Благодаря секреции сальных желез происходит смазка волоса и образование на поверхности кожи эмульсионной пленки, которая его защищает. Она имеет слабокислую среду (рН около 4,5–6,5).

Эмульсионная (липидная) пленка состоит из отмерших клеток эпидермиса, секрета потовых и сальных желез и имеет слабокислую среду, препятствующую размножению микроорганизмов. Она также предотвращает размокание и чрезмерное пересыхание кожи головы и защищает от воздействия УФ-лучей.

Если для мытья головы использовать мыло с повышенным содержанием щелочи, то это приведет к временному разрушению водно-липидной пленки.

Другими параметрами волос являются длина и толщина. Длина зависит от расовой принадлежности. У представителей монголоидной расы самые длинные волосы, у представителей негроидной – самые короткие. Показатель длины волос у представителей европеоидной расы находится в промежуточном положении.

Волосы могут накапливать некоторые вещества, и это их свойство успешно используется в криминалистике.

Один волос живет в среднем 3–6 лет, после чего он сменяется новым. Волос вырастает в среднем на 1 см в месяц. В течение суток выпадает около 40–80 волос.

Толщина волос также находится в зависимости от расовой принадлежности человека, его возраста и цвета волос. Представители монголоидной расы обладают самыми толстыми и жесткими волосами, представители негроидной – обычно тонкими.

Самые толстые волосы у рыжеволосых людей, более тонкие – у брюнетов, шатены обладают еще более тонкими волосами, а блондины – самыми тонкими.

То, насколько интенсивно растут волосы, зависит от времени года и времени суток. Оказывается, весной и летом они растут быстрее, чем в осенне-зимний период, а днем быстрее, чем ночью.

Эластичность и пористость также относятся к параметрам, характеризующим волос. Здоровый волос может вытянуться до 30 % своей длины, а затем вернуться в исходное состояние. Если волосы стали низкоэластичными, это означает, что им требуется увлажнение.

Благодаря своей пористости здоровый волос может удерживать влагу в количестве до 50 % от собственного веса.

## Форма волос

Существует зависимость формы волоса от расположения волосяного фолликула, состава кератина стержня волоса, расы человека и индивидуальных особенностей – таких, как форма корня.

Волосы бывают трех разновидностей: гладкие (или прямые), волнистые и курчавые (чаще это характерно для представителей негроидной расы).

Известен факт, что у человека в моменты важных жизненных событий и перемен может измениться направление роста волос.

Гладкие волосы могут подразделяться на плосковолнистые, тугие, гладкие; волнистые – на широковолнистые, узковолнистые и локоновые; вьющиеся делятся на сильноспиральные, слабоспиральные, завивающиеся, слабокурчавые и сильнокурчавые.

Под микроскопом можно увидеть, что разрез гладкого волоса имеет форму окружности, волнистого – овала, а курчавого – сплющенного овала.

## Типы волос

Волосы обычно делят на несколько типов: сухие, нормальные, жирные и смешанные, а также на мягкие и жесткие, толстые и тонкие, здоровые и истощенные.

Для того чтобы обеспечить волосам правильный уход, необходимо определить их тип.

Здесь нужно учитывать, что организм постоянно меняется. Эти изменения могут быть обратимыми или необратимыми.

К необратимым относятся генетически обусловленные изменения. Например, изменение цвета волос после полового созревания. К обратимым – связанные с сопутствующими заболеваниями, питанием, образом жизни и т. п. Например, после отпуска, проведенного в жарких местах, волосы могут выгореть или стать более сухими. В этом случае ситуацию можно исправить, обеспечив волосам должный уход.

Чтобы правильно определить тип своих волос, необходимо в течение какого-то времени понаблюдать за ними: как часто их следует мыть до того, как они начнут терять привлекательный вид и т. п.

Как правило, волосы прекращают расти, достигнув длины 60–90 см, но в книгу рекордов занесены те, у кого рост волос продолжается всю жизнь.

Нормальные волосы нуждаются в мытье примерно 1 раз в 2–3 дня. Сразу после мытья они выглядят блестящими, к концу 3-го дня приобретают жирный вид у корней. Кончики могут быть нормальными либо иногда секущимися. Нормальные волосы редко электризуются, легко поддаются укладке, если они не очень толстые. Их можно мыть около 2 раз в неделю, сочетая мытье с периодическим использованием масок для поддержания здоровья волос. Процедуры типа химии и окраски не противопоказаны, если они производятся в разумных пределах.

Жирные волосы сразу после мытья выглядят блестящими, пышными, но к концу первого дня приобретают жирный блеск, вид жирных сосулек.

Жирные волосы хорошо поддаются укладке, но она держится недолго.

Жирные волосы желательно мыть каждый день или через день мягким шампунем, предназначенным для ежедневного применения. Один раз в 8-10 дней – шампунем для жирных

волос. Не рекомендуется часто использовать маски. Возможны химия и окраска. Также желательно обратить внимание на рацион питания и скорректировать его.

Корни сухих волос сразу после мытья могут быть нормальными, но становятся жирными на 3-4-й день, кончики часто бывают секущимися. Жирный блеск может появиться у корней через 3–4 дня и практически никогда – на кончиках. Волосы достаточно пышные, особенно на концах. Рекомендуется мыть сухие волосы около 2 раз в неделю мягким шампунем для ежедневного применения, особое внимание следует уделять уходу за кончиками с помощью специальных средств для их восстановления.

### **Роль микроэлементов**

Часто можно наблюдать такие явления, как ухудшение состояния волос. Они становятся тусклыми, секутся на кончиках, начинают слоиться и ломаться ногти, ухудшается состояние кожи, она теряет свою упругость.

Известно, что волосы отражают процессы, происходящие в организме из-за того, что в них очень высока концентрация химических элементов.

Микроэлементный состав волос отражает статус содержания микроэлементов в организме в целом, поэтому можно считать состояние волос индикатором и по ним проводить диагностику хронических заболеваний на той стадии, когда они себя еще не проявляют.

Помимо этого, нездоровая экологическая обстановка мегаполисов, большое количество стрессовых ситуаций, несбалансированное питание, присутствие в организме тяжелых металлов – таких, как кадмий, мышьяк, свинец, ртуть, – основные причины нарушений микроэлементного баланса в организме и, соответственно, ухудшения состояния волос.

## Цветотипы

Природа богата великим множеством оттенков. Помимо этого, люди придумали еще оттенки, которых нет в природе. И теперь цвета можно разделить на две большие группы – хроматические и ахроматические. Хроматические – это ненатуральные цвета – такие, как черный, белый, серый и т. п. Ахроматические – это яркие натуральные цвета. Каждому времени года соответствуют свои сочетания цветов и оттенков. В связи с этим появилась цветометрия, т. е. сопоставление цвета глаз, бровей, волос, оттенка кожи людей с временами года.

В соответствии с цветовым типом подбирается одежда, макияж, цвет краски для волос, украшения и т. д. Зная свой цветовой тип, легче сочетать различные цвета в одежде, подбирать ткани, украшения, декоративную косметику. Однако здесь следует отметить, что, как правило, люди выбирают цвета и оттенки одежды подсознательно в соответствии со своим исходным цветотипом.

Времена года вызывают у нас разные ассоциации.

Зима ассоциируется с холодом, снегом, инеем. Для нее характерны жесткие и холодные цвета и оттенки: снежно-белый, синий, голубой, холодный розовый, черный, изумрудный.

Весна – это пробуждение природы, свежесть, новизна. Это цвета первой зелени, набухающих почек, появляющихся листочков, первых цветов.

Лето – расцвет природы, обилие цветов, растительности.

Осень – время урожая, буйство красок зрелой природы, яркость, насыщенность цветов. Преобладают цвета утепленного подтона.

Теперь рассмотрим цветовые типы людей. Все четыре типа делятся на две категории – холодные и теплые. Чем они отличаются? Сначала может показаться, что трудно определить, что такое теплый оттенок цвета и что такое холодный. Но если присмотреться к оттенкам одного и того же цвета, то можно увидеть, что есть различия. Одни цвета имеют только холодный вариант, другие – только теплый, а некоторые – оба варианта.

Например, такие цвета и оттенки, как белый, черный, синий, голубой, бирюзовый, серый, дымчатый, серебристый, считаются холодными.

Желтый, оранжевый, персиковый, бронзовый, золотой, абрикосовый, кремовый всегда теплые.

Некоторые цвета могут иметь два оттенка – холодный и теплый. Это, например, красный, розовый, коричневый и др.

Итак, цветовые типы людей также подразделяются на две группы – холодный и теплый.

К холодному относятся «зима» и «лето», к теплому – «весна» и «осень».

Только «зима» представляет собой темный вариант сочетания цветов, а «лето», наоборот, светлый.

При определении цветового типа человека ключевыми показателями являются цвет глаз, естественный цвет бровей и волос. Поскольку многие женщины часто перекрашивают волосы, то они могут менять свой цветовой тип.

### Зимний цветовой тип

Это один из самых ярких цветовых типов.

Кожа у его представителей белая с оливковым подтоном и румянцем либо, наоборот, очень смуглая с коричневым оттенком.

Глаза могут быть синими, ярко-голубыми, черными, темно-карими, их цвет уникален и неповторим.

Волосы у людей этого типа, как правило, черные, иссиня-черные (цыганские). Брови обязательно пепельного или черного оттенка, ресницы черные.

Цвета одежды людям этого цветотипа подходят преимущественно приглушенных холодных оттенков: черный, фиолетовый, синий, голубой, серый, холодный розовый, белый, вишневый, изумрудный, пурпурный и т. п.

### **Летний цветовой тип**

Это еще один холодный тип, но в светлом варианте.

Кожа этого типа бледная, прозрачная, с холодным отливом, оливкового цвета. Плохо поддается загару.

Это аристократический, утонченный тип, ему подходит определение «аристократическая бледность».

Глаза у людей этого типа можно назвать водянистыми. Они обычно бывают светло-серого, бледно-голубого, серо-голубого, темно-серого, серо-зеленого оттенка. Но на радужке могут быть пятна светло-коричневого или орехового оттенка, из-за чего порой трудно определить их цвет.

Волосы и брови – пепельного оттенка. Они не контрастируют с цветом кожи или глаз. У этого цветотипа нет сильной контрастности, цвета дополняют друг друга. Для лета характерны нежность, прозрачность, легкость образа.

Цвета одежды лета холодные: розовый, голубой, светло-серый, бордовый, серебристый, нежно-сиреневый, дымчатый, оттенок спелой сливы.

### **Весенний цветовой тип**

Кожа у этого типа может иметь несколько оттенков: белый с теплым отливом, мраморно-кремовый, золотистый, золотисто-коричневый. Иногда на коже могут присутствовать веснушки и пигментные пятна. Кожа легко и быстро поддается загару, но обладает повышенной чувствительностью.

Глаза у весеннего типа редко бывают темными. Их цвета – серый, голубой, серо-голубой, серо-зеленый, светло-карий (цвет грецкого ореха), ореховый, а также «кошачий» цвет, с желтизной. Желто-карий цвет, который встречается редко, бывает только у весеннего типа.

Волосы (как и брови) обязательно имеют теплый оттенок цвета. Брови могут иметь коричневатый оттенок, либо быть черными. Оттенок волос может варьироваться от золотисто-бежевого до темного блондина. Они могут быть также медового, светло-каштанового, слегка рыжеватого оттенка, волосы часто русые с золотистым отливом.

Цвета одежды, как правило, теплых оттенков: персиковый, тепло-розовый, абрикосовый, оранжевый, рыжий, золотистый, кремовый, красный.

### **Осенний цветовой тип**

Это еще один теплый тип, яркого варианта. Кожа у представителей этого типа имеет явный золотистый оттенок цвета спелого персика или чуть темнее.

На коже может быть румянец, веснушки, пигментные пятна. Осень – это очень яркий теплый тип.

Цвет глаз может варьироваться от светло-карего до темно-карего. Для осеннего типа характерны чистые цвета глаз – голубой, зеленый, карий. На радужках могут встречаться крапинки.

Брови могут быть черного, темно-коричневого цвета, но, как правило, не пепельного. Пепельный – прерогатива «лета» и «зимы».

Волосы имеют светло-каштановый, каштановый, каштаново-золотистый, рыже-коричневый и рыжий оттенок.

Цвета одежды яркие, теплые: насыщенный коричневый, желто-красный.

Поскольку многие женщины часто перекрашивают волосы, то они, соответственно, переходят из одного цветотипа в другой.

В принципе, для полной смены цветотипа мало перекрасить только волосы, в этом случае нужно перекрасить и брови, и ресницы.

Однако даже при перекрашивании и смене цветотипа подсознательная склонность носить цвета, характерные для своего изначального цветотипа, как правило, остается.

Если вы решили покрасить волосы, то при выборе оттенка очень рекомендуется учитывать свой цветотип и то, к какому цветотипу вы теперь будете относиться.

Сначала определите, к какому цветотипу вы относитесь, соотнесите цвет своих глаз, бровей, волос, свои цветовые предпочтения с соответствующим цветотипом. Также ответьте себе на вопросы: какие оттенки и цвета вам нравятся – теплые, холодные? Оттенок вашей кожи теплый или холодный?

Дополнительные подсказки: если у вас золотистая, оливковая или темная кожа и темные глаза, вы легко загораете и вены у вас на запястьях зеленоватые, то вы – «теплая». Вы «холодная», если у вас светлая кожа, голубые или зеленые глаза, если вы больше обгораете, чем загораете и у вас голубые вены.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.