

MASALAH YANG BIASA TIMBUL PADA RAMBUT

ketombe

kutu rambut

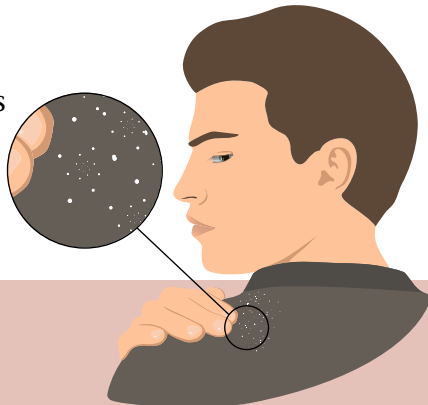
rambut rontok

1. Ketombe

Ketombe adalah serpihan kulit kepala yang berwarna putih atau kuning

Penyebabnya :

- Dermatitis Seboroik
- Reaksi alergi
- Psoriasis
- Eksim
- Tinea Kapitis



2. Kutu Rambut

- Disebabkan oleh *Pediculus humanus capitis*
- Gatal adalah gejala yang paling sering ditemukan
- Prevalensi tertinggi pada anak usia sekolah dan prasekolah



3. Rambut Rontok

Normalnya rambut rontok sekitar 50-100 helai per hari

Rambut rontok yang terlalu banyak dapat diakibatkan karena:

- Penurunan BB
- Paska melahirkan
- Sedang mengalami stress/ banyak tekanan
- Demam tinggi
- Penyakit infeksi (radang folikel rambut, infeksi jamur, sifilis stadium 2)
- Penyakit autoimun (lupus, psoriasis)
- Defisiensi nutrisi (marasmus, kwashiorkor)



TIPS RAMBUT SEHAT



Apa Sih Rambut Sehat Itu?

- Rambut sehat adalah rambut yang terhindar dari berbagai masalah atau penyakit.

Rambut sehat akan tampak bersih, berkilau, bertekstur lembut, dan mudah diatur



Bagaimana Cara Merawat Rambut ?

1 Mencuci rambut sesuai jenis kulit kepala



Kulit berminyak

Disarankan lebih sering (1x sehari)



Kulit kepala kering

Disarankan lebih jarang atau bila dirasa perlu (2 hari sekali)

2



- Saar keramas utamakan membersihkan area kulit kepala dahulu kemudian area batang rambut
- Gunakan shampo sesuai jenis kulit

3

Hindari mencuci rambut dengan air hangat/panas



4

Gunakan kondisioner Setelah Keramas



- Gunakan hanya pada batang & ujung rambut

Kondisioner dapat membuat rambut tampak lebih sehat dan bercahaya

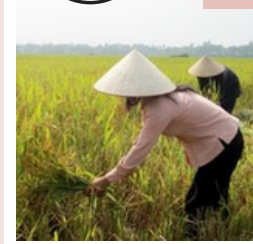
5



Hindari penggunaan alat penata rambut yang memanaskan dan mengeringkan rambut terlalu sering

6

Gunakan topi saat terkena sinar matahari



Disarankan menggunakan topi lebar saat terkena sinar matahari berlebih. Sinar matahari dapat membuat rambut kering, kasar, dan rapuh

7

Lindungi rambut dari klorin saat berenang



- Gunakan tutup kepala khusus renang.
- Gunakan kondisioner setelah berenang

8



Jangan mengikat rambut terlalu kencang dan sering

9



Tidak menyisir rambut saat masih basah

10



Makan makanan bergizi yang baik