

مراقبت های بعد از کراتینه کردن



۱. استفاده از ماسک و شامپوی فری سولفات (فاقد سولفات)

۲. خشک کردن مو (براشینگ ساده در حد خشک کردن) با باد

گرم سشوار بعد از هر بار حمام رفتن

۳. استخر و دریا ممنوع

کلر موجود در آب استخر و نمک موجود در آب دریا اثر کراتین را از بین میبرد