



نکته مهم در نگهداری و خرید روسری

رسم و راه ابریشم داری

فاطمه سلطانی

رووسری عنصری مهم در پوشش و حجاب بانوان ایران است که زیر چادر یا همراه مانتو مورد استفاده قرار می گیرد، اما روسری فقط یک پوشش نیست، بلکه به وسیله یک روسری مناسب که حجاب قابل قبولی را برای شما به ارمغان می آورد باید به موارد زیبایی شناسانه آن هم دقت کرد.

انتخاب روسری با طرح و جنسی منحصر به فرد می تواند آراستگی، نجابت و البته خوش سلیقگی شما را یک جا و در برخورد نخست به دیگران منتقل کند. پس اگر شما هم از همان دسته خانم هایی هستید که صرف هزینه و زمان برای خرید یک شال یا روسری ابریشم را هوشمندانه می دانید، بهتر است از راه و رسم نگهداری این جنس روسری های شکیل هم سر رشته داشته باشید. چون روسری ابریشم به عنوان یکی از پوشش های محبوب خانم ها با وجود کیفیت خوب، حساسیت بالا نیاز به مراقبت های ویژه ای دارند تا عمر آنها بیشتر شود. پس نکات زیر را از دست ندهید.

انتخابی زیر کانه و شکل: حجاب و نوع پوشش شما با انتخاب یک روسری ابریشم مناسب رنگ

پوست و سبک مانتو یا چادر تان کامل می شود. پس وسواس در خرید این جنس روسری نسبتا گران قیمت چندان هم بد نیست، چون باید طرح و رنگ های این روسری ها با شخصیت و نوع پوشش شما تناسب داشته باشد تا در کنار رنگ لباس های دیگری که در کمد دارید چشم نواز تر به نظر برسد. پس با انتخاب طرحی زیر کانه در عین نجابت به پوشش سر خود شکیل بودن هم ببخشید.

دور از نور و فشار:

رووسری ابریشمی در معرض آفتاب به مرور رنگ خود را از دست خواهد داد، پس حتما آن را در کمد و دور از نور مستقیم آویزان کنید. از طرفی اگر به مرتب بودن ظاهر روسری خود اهمیت می دهید این جنس روسری ها را تا نکنید چون بعد از جا خوش کردن خطوط

عمیق روی آن به سختی می توان چروک ها را از بین برد، پس پیشنهاد می کنیم روسری را به شکل رول در فضایی که تحت فشار نباشد، قرار دهید. اگر دیر به دیر سراغ این جنس روسری های عزیزتان می روید بهتر است هر از گاهی با باز کردن آن هوایی به روسری بدهید تا طول عمرش بیشتر و زیبایی آن ماندگار شود.

اتو با تمهیدات ویژه: برای اتو کردن این روسری ها با جنس حساسی که دارند باید از کمترین دمای اتو استفاده و برای احتیاط بیشتر پارچه ای روی آن قرار دهید و از روی آن اتو کنید. این کار باعث می شود تا ضمن محافظت از بافت این جنس پارچه، اتو و حرارت آن ردی از خود روی پارچه باقی نگذارد.

شستن با دست بدون

چالاندن: برای از بین رفتن رنگ و الیاف روسری های ابریشمی حتما آنها را با دست بشوید. لگتی را از آب گرم پُر کنید و مقداری پودر شست و شو با دست ملایم داخل آب بریزید. سپس روسری را در آن به آرامی و بدون چنگ زدن بشوید و بعد آب کشی کنید. پس از پایان مرحله شست و شو هرگز آب روسری را برای خشک کردن نچالانید و در خشک کن قرار ندهید. چون با این کار الیاف ابریشم به مرور زمان کش می آید و فرم خود را از دست می دهد.



دست می دهد.

برای خشک کردن این

رووسری بهتر است آن را ما بین دو حوله خشک قرار دهید و بعد از گرفته شدن آب اضافه آن، روسری را در سطحی صاف پهن کنید.

لکه زدایی با آب ولرم: روسری های ابریشم به سرعت حتی با قطره آب هم لک می شوند پس مراقب باشید و حتی عطر و ادکلن خود را هم به هیچ وجه روی آن اسپری نکنید. اما بعد از لک شدن حتما فقط روسری را با آب ولرم بشوید و از هیچ مایع لکه زدایی روی آن استفاده نکنید.

خواب روی پر قو

ما حدود یک سوم از عمر خود را در خواب می گذرانیم. از سوی دیگر، خواب کافی و با کیفیت علاوه بر این که باعث استراحت بدن می شود، آثار مثبتی نیز روی برقراری تعادل هورمون ها دارد و به کنترل استرس هم کمک می کند. بنابراین برقراری شرایط مناسب برای خواب بیش از پیش اهمیت پیدا می کند. انتخاب یک تشک مناسب یکی از معیار های یک خواب خوب شبانه است که سبک زندگی سالمی را به همراه می آورد.

مراقب تشک های سمی باشید: مادر طول شب حدود هفت هشت ساعت را روی تشک می خوابیم، بنابراین باید تشکی انتخاب کنیم که مواد سالم و بی خطری در آن به کار رفته باشد. حدود ۹۰ درصد تشک ها حاوی مواد شیمیایی هستند که با بروز برخی بیماری ها در ارتباط هستند. از جمله این مواد می توان به polybrominated diphenyl ethers (PBDE)، اسید بوریک، فورمالدئید و آنتیموان اشاره کرد.

در این میان PBDE ها مواد ضد احتراقی هستند که برای جلوگیری از سوختن تشک بر اثر افتادن شمع یا سیگار به کار می روند.

این مواد به ترکیبات ارگانیک فراری تجزیه شده و بعد از آزاد شدن در هوا، هنگام شب تنفس می شود که بسیار خطرناک اند. در برخی تشک های پشمی که از مواد ارگانیک ساخته شده اند نیز برای مستحکم نگه داشتن

الیاف پشم، از الیاف مصنوعی چسبنده استفاده می کنند که اغلب سمی هستند. اما تولید کنندگانی هم هستند که در تولید تشک از هیچ ماده سمی استفاده نکنند. تشک های ارگانیک که بدون رنگ، عطر و آفت کش های مصنوعی ساخته می شوند معمولا آثار مثبتی را به همراه دارد که عبارتند از: حفظ حالت طبیعی بدن و بهبود کیفیت خواب؛ ارتباط نداشتن بدن با مواد سمی مرتبط با بروز انواع سرطان ها؛ جمله ریه و مشکلات قلبی؛ جلوگیری از غلت زدن های مکرر در طول شب؛ کاهش اختلالات خواب از جمله وقفه تنفسی خواب؛ کنترل دمای طبیعی بدن و جلوگیری از بالا رفتن حرارت بدن در طول شب؛ کاهش بروز حساسیت به خاطر استفاده نکردن از عطر ها و رنگ های مصنوعی و کاهش مشکلات جسمی از قبیل کمردرد، گردن درد، مشکلات نابروزی، مشکلات رشدی در نوزادان و کودکان.

جریان خونی که بهبود می یابد: بهبود جریان خون یکی از عناصر مهم در داشتن خواب شبانه راحت به شمار می رود. انتخاب تشکی که از طریق حمایت مناسب از بدن و اعمال فشار مناسب به بدن مانع از انسداد جریان خون شود، اهمیت زیادی دارد.

جریان خون ضعیف دردی را ایجاد می کند که باعث غلت زدن ها و چرخش های مداوم در طول خواب می شود. هر بار غلت زدن، چرخه خواب را مختل می کند که همین امر خستگی و خواب آلودگی در طول روز را



دارند و بعد از چند سال استفاده متوجه مشکلات به وجود آمده خواهید شد. تشک هایی از جنس لاتکس طبیعی و ارگانیک مقاوم بوده و برای محیط زیست هم بی خطرند. اگر به دنبال یک تشک طبیعی هستید، پشم بهترین گزینه است و به راحتی قابل شست و شو و خارج کردن است. اما در این میان، الیاف پشم ممکن است برای افراد مستعد حساسیت، کمی آزار دهنده باشد.

منبع: drfranklipman

به دنبال دارد. Memory foam یکی از بهترین گزینه ها برای تشک است. Memory foam موادی است که به حفظ حالت طبیعی بدن کمک می کند.

حمایت از بدن هنگام خواب: پزشکان توصیه می کنند هرگز از تشک های فنری برای خواب استفاده نکنید. این قبیل تشک ها بیشترین عامل فشار روی نقاط خاصی از بدن هستند که غالبا کمردرد را به دنبال