

Dreadlove PFLEGETIPPS

Zunächst einmal ein herzliches Willkommen in der Dreadwelt ! Und so geht's los:

**** Dreadlocks Waschen ****

Wann?

Nach der Neuerstellung wartest du am besten mindestens 1 Woche mit der ersten Haarwäsche, damit sich die Dreads erstmal ein bisschen eingewöhnen können. Auch nach jedem Pflegetermin solltest du das tun.

Regelmäßiges Waschen ist wichtig, denn fettiges Haar filzt nicht gut. Wie oft, hängt von deiner Kopfhaut, deinen Lebensumständen und deinen Präferenzen ab. Und so gilt es, deinen **eigenen Rhythmus** zu finden.

Hoffentlich hast du diesen in Vorbereitung auf deine Dreads schon etwas verringern können. Ziel sollte es sein, deine Haare nun nicht mehr als **1 Mal die Woche** mit Dreadseife oder Shampoo zu waschen. Gib deiner Kopfhaut Zeit, sich sanft umzugewöhnen; sprich immer einen Tag mehr sobald es sich gut und richtig anfühlt. Sobald du damit gut klarkommst und die Kopfhaut nicht mehr viel fettet, kannst du auch ausprobieren ob sich dein Rhythmus vielleicht noch etwas mehr runter regulieren kann, zum Beispiel auf 2 Wochen. Grundsätzlich gilt: sobald die Kopfhaut juckt und dein Gefühl dich drängt: waschen!

Kleine Helferlein um das Waschen noch etwas herauszuzögern können einfach kaltes Wasser, Kamillentee oder auch ein paar Tropfen Teebaumöl sein (*siehe Sektion „Kopfhautpflege“) - diese am besten in einer Sprühflasche oder mit Pipette auf die Kopfhaut träufeln.

Wie?

Deiner Kopfhaut und Dreads zu Liebe nutzt du **lauwarmes Wasser**. Zu heißes Wasser schadet deinen Dreadlocks. Am besten schäumst du dein Shampoo/ deine Seife vorher auf (zum Beispiel am Duschschwamm oder bei Partial Dreads auch im offenen Haar) und massierst es in deine **Kopfhaut** ein. Die Längen sind happy wenn es beim Ausspülen einmal durch läuft, aktiv waschen brauchst du diese gar nicht bzw. sehr selten - denn weniger ist mehr.

Das allerwichtigste: **Auswaschen!** Und nochmal. Und nochmal. So lange bis nur noch 100% klares Wasser sichtbar ist.

Und wenn du unsicher bist, nochmal auswaschen. Denn Rückstände in deinen Dreads werden schnell zu deinen ekligen Feinden, sieht unschön aus und es kann anfangen zu muffen. Also.... Noch besser auswaschen!! :-)

Am Ende am besten nochmal mit **kaltem Wasser** von oben nach unten ausspülen, dies verschließt die Schuppenschicht, die durch den Waschvorgang aufgestellt wird, wieder und somit sind deine Dreads etwas weniger anfällig für Schmutz und Fusselhaare.

Bei sehr kalkhaltigem Wasser empfiehlt es sich bei jeder 4.-5. Haarwäsche eine saure **Rinse mit Apfelessig** zu machen (*siehe Sektion „Saure Rinse“), denn zu viel Kalk kann zum Beispiel Seifenrückstände und Ablagerungen in Dreads begünstigen.

Die sogenannten Fusselhaare nach dem Waschen sind ganz normal, da sich durch das Waschen die kleinen Haarschüppchen aufstellen und von den Dreads abstehen; diese sollten sich aber nach ein paar Tagen wieder legen. Unterstützend wirkt hier das Palmrolling (siehe Sektion „Palmrolling“), speziell für Dreadlocks entwickelte Seife/Shampoo und natürlich nicht zu häufiges Waschen.

Womit?

Nun ja. DAS Dreadlock Shampoo oder DIE eine Seife gibt es nicht.

Denn jede Kopfhaut und jedes Haar ist anders. Am liebsten haben es Dreads so natürlich wie möglich. Hast du empfindliche Kopfhaut und schon dein Herzensshampoo gefunden, bleib ruhig erstmal dabei. Das Wichtigste dabei: kein Conditioner, **keine Silikone**, keinerlei Weichmacher. Das Shampoo sollte so pH-neutral wie möglich sein.

Noch besser sind spezielle Dreadseifen/Shampoos, die einen höheren pH-Wert haben, also alkalisch sind, und die Dreads dadurch besser filzen lassen. Sehr beliebte Seifen sind zum Beispiel Ronny's Dreadseifen aus Mexiko oder Dread Shampoos von Raw Roots (auch beides bei Dreadlove erhältlich).

Und was ist mit Kernseife? Kern- oder Olivenseife dient zur Entfettung, trocknet also aus und ist daher zur Vorbereitung auf eine Neuerstellung ganz gut geeignet. Da Kernseife aber einen recht hohen alkalischen pH-Wert hat ist sie für die Kopfhaut und dauerhafte Pflege nicht ideal. Bei trockener/empfindlicher Kopfhaut am besten überhaupt nicht benutzen.

Solltest du das Gefühl haben dass du deine Haare nicht „richtig ausgewaschen“ bekommst und die auch nach der Haarwäsche fettig oder schmierig sind, sprich mich gerne nochmal an. Es kann zunächst an der Umstellung liegen, längerfristig aber auch an einer zu hohen Rückfettung deiner Haare. Wir schauen uns das dann individuell an und bestimmen eine neue Pflege für dich. Das ist total wichtig, denn schmierig, genau wie fettig, filzt nicht gut und kann Rückstände hinterlassen.

Am besten beobachtest du Deine Dreadlocks und Deine Kopfhaut für einige Monate und schaust wie du drauf reagierst. Geht es Deiner Kopfhaut gut, wird's hoffentlich auch Deinen Dreads gut gehen :-)

Hier noch ein paar Don'ts: bitte **KEINE organischen Stoffe** wie Bier, Eier, Mehl oder sonstiger Irrsinn der sich im Internet so findet, denn organische Stoffe können bekanntlich schimmeln. Solltest du kein Afro Haar, ist auch Wachs o.Ä. völlig ungeeignet.

Und nochmal das Wichtigste: Immer guuuut auswaschen!

Dreadlocks trocknen

Es ist ratsam deine Dreads morgens oder mittags zu waschen, damit sie den Tag über durchtrocknen können. Zur kälteren Jahreszeit dauert das natürlich etwas länger. Bitte trage deine Dreads unbedingt **offen**, bis sie komplett trocken sind. Im Zopf bekommen sie keine Luft und fangen irgendwann an zu Muffen - wie Wäsche, die zu lange in der Maschine lag. Nach dem Auswringen deiner Dreads kannst du die ersten 15-30 Minuten ein Handtuch drum wickeln, damit die grobe Nässe raus ist und sie anschließend nicht mehr so arg tropfen.

Manch einer setzt sich gerne unter eine Trockenhaube oder nimmt auch schonmal einen Fön zur Hand. Hitze strapaziert allerdings die Kopfhaut, sei hier also vorsichtig wenn du empfindlich bist.

Saure Rinse

Hierfür eignet sich am besten naturtrüber Apfelessig:

ca. 5 EL auf 1 Liter kaltes (!) gereinigtes (oder destilliertes) Wasser. Nach dem Haare waschen einfach über die Haare schütten, NICHT ausspülen. Der Geruch neutralisiert sich nach dem Trocknen. Bei sehr **kalkhaltigem Wasser** empfiehlt es

sich bei jeder 3-5 Haarwäsche eine saure Rinse, denn zu viel Kalk kann zum Beispiel Seifenrückstände und Ablagerungen in Dreads begünstigen.

Apfelessig hat viele Vorteile: die Haare werden noch sauberer, Ablagerungen werden entfernt, Nachfetten wird verhindert und die Haarkutikula, also die oberste Haarschicht, verschließt sich; sprich es macht die Haare glatter und weicher. Und genau hier liegt die Gefahr für Dreadlocks:

Die Essigrinse hat einen Spülungseffekt. Dieser hält allerdings nicht dauerhaft an, Daher solltest du dies aber dennoch nicht zu häufig machen, damit die Dreads nicht zu weich und glatt werden und schlechter Filzen würden.

Tiefenreinigung

Alle Jubeljahre freuen sich deine Dreads über einen Frühjahrsputz. Darf auch im Herbst sein. Die Tiefenreinigung sorgt dafür alte Rückstände und Schmutz besser rauszuholen als bei der „normalen“ Haarwäsche. Diese kannst du nach Gefühl 1-2 Mal im Jahr machen, besonders wenn du das Gefühl von stärkerer Verschmutzung oder Überfettung hast.

Dazu ist die **Raw Roots Detox Bomb** klasse und super einfach in der Anwendung. Oder du möchtest es selber machen:

Fülle folgende Zutaten in einen Eimer Warmwasser, in den deine Dreads passen:

1 EL Meersalz + 30-40g Natron

Bade deine Dreads hierin für etwa 15-30 Minuten. Spüle anschließend gründlich mit klarem Wasser aus und drücke verunreinigte Stellen unter dem Wasserstrahl nochmal besonders aus.

—> Es folgt die **Saure Rinse** (!) mit KALTEM Wasser: 5EL Apfelessig auf 1 L Wasser. Über Kopfhaut und Haar schütten und NICHT ausspülen. Der Geruch verfliegt :-)

***** Kopfhautpflege *****

Kopfhaut - ein sensibles Thema. Besonders wenn sie viel Veränderung erfährt ist sie schnell mal beleidigt. Dies kann durchs Wetter hervorgerufen werden, durch Heizungsluft, Wechsel des Shampoos, Hormone oder auch Veränderung der Wuchsrichtung - was durch die Neuerstellung deiner Dreads ausgelöst wurde. Deine Haare wachsen nun in eine neue, ungewohnte Form.

Besonders nach der Neuerstellung kann es also zu juckender Kopfhaut kommen - klar die Kopfhaut ist etwas irritiert und strapaziert. Dies sollte aber nach ein paar Tagen bis Wochen vorbei sein.

So viele Gründe es auch für irritierte Kopfhaut gibt, so viele Mittelchen gibt es auch. Hier ein paar Dinge, die du ausprobieren könntest:

- * Birkenwasser aus der Drogerie: für schnelle Abhilfe aber keine dauerhafte Anwendung, da es langfristig austrocknen kann.
- * Teebaumöl: ein paar Tropfen mit Wasser verdünnt in eine Sprühflasche und auf die Kopfhaut sprühen.
- * Schwarz- oder Kamillentee (oder andere Kräutermischungen die helfen können): ebenfalls in Sprühflasche
- * Haaröle: 1-2 Stunden vor der Haarwäsche auf die Kopfhaut träufeln und einmassieren, am besten geht das mit Pipette, damit möglichst wenig Öl in die Dreads kommt. Hier eignet sich alles was gut für Haut und Haar ist. Dies solltest du im besten Falle nicht machen, wenn deine Dreads noch ganz frisch sind.
- * Saure Rinse: ebenfalls gut für die Kopfhaut (siehe oben).
- * Heilerde: eine große Sauerei, aber toll für die Kopfhaut! Hier steht wieder das ordentliche ausspülen an erster Stelle! Im Anschluss empfiehlt sich wieder eine Saure Rinse, um die Schuppenschicht zu schließen und den pH-Wert zu regulieren. Lies dich gerne noch mehr zum Thema ein, bevor du loslegst.

Probiere dich hier ein wenig aus, aber bitte nicht alles auf einmal - die Kopfhaut braucht immer eine Weile um sich auf etwas Neues einzustellen.

Im besten Fall und auch nicht selten, hast du natürlich einfach gar keine Probleme :-)

***** Extension Pflege *****

Auch deine Echthaar-Extensions freuen sich über Pflege und Liebe. Für mich hat sich das Hydrating Oil von Raw Roots am besten bewährt. Ein bisschen in die Handflächen träufeln und grob in den Extensions (auch trockenen Eigenhaar Dreads kommt Öl zu Gute) verteilen - nicht jede einzelne Dread einrubbeln. Denn auch hier gilt: weniger ist mehr, weil mit zu viel Öl filzt es nicht gut.

Eine Ölbehandlung kannst du deinen Haaren zum Beispiel am Haarwaschtag schenken, wenn sie noch etwas feucht sind nehmen sie das Öl super auf. Solltest du deine Haare nicht so häufig waschen kannst du es auch einfach zwischendurch im Trockenzustand nutzen.

***** Dreadlock- & Ansatzpflege *****

Palmrolling:

Yes please. Die Dread zwischen den Handflächen hin und her rollen... gerne mit Druck. So legen sich die abstehenden Härchen wieder ein bisschen an, die Dead bleibt in Form und du kannst auch Knübbelchen etwas vorbeugen - besonders bei frisch erstellten Dreadlocks sehr empfehlenswert. Das kannst du sowohl in trockenem als auch noch feuchtem Haar machen. Vielleicht integrierst du es als Ritual nach deiner Haarwäsche?

Ansätze reißen?

Ja. Du darfst regelmäßig kontrollieren ob nebeneinanderliegende Dreads an den Ansätzen zusammen wachsen,. Sollte dies der Fall sein, darfst und solltest du die Haare dazwischen kaputt reißen. Hab hier keine Scheu, sodass die Dreads nicht heiraten ;-) Sonst hast du irgendwann eine große Mono-Dread. Manche Haare tendieren stark dazu, andere überhaupt nicht. Aber keine Angst, beim Pflegetermin lässt sich alles wieder retten, egal wie chaotisch es auf dem Kopf aussehen mag.

Thight'n'Roots:

Besonders toll wenn du eher dünne Haare/Ansätze hast, allerdings sehr zeitintensiv. Du nimmst eine Dread am Ansatz zwischen Mittel- und Zeigefinger, drückst sie an die Kopfhaut und kreist immer wieder in eine Richtung. Und dann in die andere Richtung. Ca. 1 Minute auf jeder Seite und nach Belieben wiederholen. Dadurch toupieren die Ansätze etwas auf und erscheinen wieder fülliger. Den Ansatz dann nochmal zwischen Fingern oder Händen rollen.

Schau hierbei, dass du die Dreads gut abteilst, also nicht unnötig viele Haare der umliegenden Dreads hier mit einarbeitest.

Entwarnung für alle, die denken ihre Ansätze würden ohne Tight'n'Roots zu dünn bleiben: Bei einem Pflegetermin ziehe ich deine Ansätze mit der Häkelnadel etwas hoch, sodass sie ebenfalls wieder etwas dicker werden.

Dreadlocks nachhäkeln:

Was du dazu brauchst ist eine Häkelnadel (ich empfehle Stärke 0.75) und etwas Geschick. Im Grunde stichst du mit der Nadel durch die Dread und ziehst die Härchen durch. Dread drehen und das gleiche von anderen Seiten wiederholen. Man kann auch mal ein bisschen „stochern“, also die Härchen nur reinziehen. Das geht etwas schneller, braucht aber etwas Übung. Achte aber unbedingt darauf, dass dir beim durchziehen keine Haare reißen, das hörst du am Geräusch.

Gerade am Anfang empfehle ich jedoch alle 3-6 Monate eine professionelle Pflege, damit wieder Ordnung und Struktur reingebracht wird und sie langfristig schön filzen können. In Eigenregie die Ansätze zu Häkeln ist eine langwierige und schwierige Prozedur für Anfänger. Sobald Deine Dreads schön gefilzt sind brauchst du in den Längen gar nicht mehr viel machen, dann heißt es wirklich nur noch Ansatzpflege.

Solltest du selbst die Nadel anlegen wollen, sei auch nicht ganz zu euphorisch, man kann nämlich auch zu viel und somit kaputt häkeln. Also bitte nicht täglich und auch nicht wöchentlich.

Durchziehmethode:

Hier wird die Dreadlock am Ansatz geteilt und dann einmal durchgezogen, sodass die wieder näher am Ansatz sitzt. In meinen Augen ist das aber auch schon der einzige Vorteil, wenn überhaupt. Dann da die Stelle eingedreht ist, filzt sie auch nicht. Zumindest bei den meisten Haarstrukturen nicht. Meist sieht man das gedrehte auch, sprich deine Dreads bekommen langfristig eine andere Struktur.

Fusselhaare am Ansatz müssen auch trotzdem irgendwann eingehäkelt werden, sprich das Häkeln bleibt dir hiermit auch nicht ganz erspart.. Das Durchziehen kann außerdem verursachen, dass sich deine Dread spaltet. Du merkst sicher, meiner Meinung nach ist die Durchziehmethode keine empfehlenswerte Variante der Ansatzpflege.

***** Dreadpflege Termine bei Dreadlove *****

Möchtest du zu einem Pflegetermin kommen, wasche deine Haare bitte 24-48 Stunden vor Termin, damit sie komplett **sauber, trocken und fettfrei** sind. Im Anschluss dann bitte MINDESTENS eine Woche ohne das kühle oder warme Nass.

Die ersten 2-3 Male nach der Neuerstellung häkle ich auch immer nochmal die Längen mit durch, damit sie einen schönen Grundstein für gutes Filzen legen. Ein Pflegetermin dauert im Schnitt 2-3 Stunden. Bitte denke dran deine Termine frühzeitig zu vereinbaren.

Nun bleibt nur noch dir ganz viel Spaß & Abenteuer auf deiner Dreadreise zu wünschen!

Lots of Love,
Deine Sam

