Tréning október 2026: Čo všetko nám prezrádzajú vlasy

Vlasy považujeme za úplne samozrejmú súčasť svojho vzhľadu, a predsa nad nimi dokážeme stráviť prekvapivo veľa času. Ráno si ich češeme, zapletáme, žehlíme alebo sa ich márne snažíme presvedčiť, aby držali presne tak, ako sme si predstavovali. Je zrejmé, že účes môže prezradiť náš štýl, náladu aj odvahu niečo zmeniť. Niekedy stačí navštíviť kaderníctvo, aby sme mali pocit,

že nezačíname len s novým účesom, ale možno aj s novou životnou kapitolou. Každý vlas vyrastá z malého vačku ukrytého v koži, ktorý sa nazýva vlasový folikul. Viditeľná časť vlasu sa skladá prevažne z keratínu, teda z rovnakej pevnej látky, akú nájdeme aj v nechtoch. Samotný vlas už nie je živý, a preto jeho strihanie

vôbec nebolí. V korienku pod pokožkou, kde vzniká nový vlas a postupne sa vysúva von, sa nachádzajú živé vlasové bunky. Vlasy nerastú všetky rovnako rýchlo ani v rovnakom čase. Niektoré práve rastú, iné odpočívajú a ďalšie môžu vypadnúť, aby uvoľnili miesto novým. O farbe vlasov rozhoduje predovšetkým farbivo nazývané

melanín. Jeho množstvo a typ určujú, či budú naše vlasy svetlé, hnedé, čierne alebo ryšavé. S pribúdajúcim vekom sa tvorba farbiva spomaľuje, a preto vlasy šedivejú. Aj tvar vlasového folikulu ovplyvňuje, či sú vlasy rovné, vlnité alebo kučeravé. Svoje urobí aj počasie. Vlhký vzduch dokáže za chvíľu pokaziť starostlivo

upravený účes, pretože vlas prijíma vodu z okolia a trochu mení svoj tvar. O vlasoch koluje mnoho mylných predstáv. Po ostrihaní ani oholení nerastú rýchlejšie alebo hustejšie. Krátky vlas iba pôsobí pevnejšie, pretože má rovný a dosiaľ neopotrebovaný koniec. Ani drahý šampón nedokáže navždy spojiť rozštiepený vlas. Môže

jeho povrch dočasne trochu vyhladiť, poškodené končeky však naozaj odstránia až nožnice. Vlasom navyše neprospieva príliš vysoká teplota, časté odfarbovanie ani hrubé česanie. Účesy v rôznych obdobiach vyjadrovali spoločenské postavenie, príslušnosť k určitej skupine aj odpor voči zaužívaným pravidlám. Dlhé vlasy,

vyholené časti, farebné pramene alebo vrkoče môžu byť módou, tradíciou aj osobným vyjadrením. Pre tínedžerov býva zmena účesu jedným z prvých spôsobov, ako môžu sami rozhodovať o svojom vzhľade. Reakcie okolia pritom niekedy ukazujú, ako rýchlo človeka hodnotíme podľa niečoho, čo možno za pár minút ostrihať alebo

prefarbiť. Z vlasov možno vyčítať, čomu bol človek v minulosti vystavený. Pre väčšinu z nás sú najmä každodenným spoločníkom. Niekedy nás hnevajú, inokedy nám dodajú sebavedomie a občas po odvážnom rozhodnutí skončia na podlahe kaderníctva. Aj zdanlivá maličkosť môže byť jasnou súčasťou toho, kým sme.