

\*본 정보는 특정 제품과 직접적인 관련이 없는  
 소비자의 이해를 돕기 위한 일반적인 건강과학정보이며 광고/홍보의 목적이 아닙니다.  
 \*본 내용은 유튜브, 인스타그램 등 SNS에 올릴 수 없으며, 편집/재가공하여 사용할 수 없습니다.

# Harsh Summer, SENSITIVE SCALP & HAIR

## 여름철 최대 고민 기름진 두피와 냄새, 폭탄 머리

무더운 여름, 두피는 강한 자외선과 습도에 그대로 노출됩니다.  
 장마철 끈적한 공기까지 더해지면 피지와 땀이 그대로 쌓여  
 두피는 번들거리고, 부스스한 모발은 더욱 지저분해 보입니다.  
 특히 두피에서 불쾌한 냄새가 느껴지면 누군가  
 알아차리진 않을까? 괜히 신경 쓰이기도 합니다.

여름과 마주하기 전,  
 건강한 두피와 모발을 위한 관리법을 알아봅니다.



※ 이해를 돕기 위한 예시 이미지



# 01

## 여름 두피 냄새 원인을 찾아서

흔히 '정수리 냄새'라고 불리는 두피 냄새는  
 피지와 땀, 두피 미생물, 호르몬, 식습관 등  
 다양한 요소가 복합적으로 작용해 발생합니다.

그렇다면 왜, 사계절 중  
 유독 여름에 두피 냄새가 심해지는 걸까요?



### 01. 고온다습한 날씨

쉽게 쌓이는 땀과 피지가 시간이 지나  
 산화되면서 불쾌한 냄새 유발



### 02. 미생물 대사 활동

활발한 피지 분비로 두피 균 '말라세지야'가  
 증식하여 가려움, 지루성 두피염 유발



### 03. 샴푸 후 젖은 머리 방치

두피 습기가 지속되면 세균 번식이  
 활발해져 악취 유발

# Scalp solution 02

## 정수리 냄새 OUT 상쾌한 두피 솔루션

여름철 째깍한 냄새, 쉽게 감추기 위해  
 헤어 퍼퓸을 사용한다면 오히려 땀과 피지와 뒤섞여  
 두피를 자극하거나 더 불쾌한 냄새를 유발할 수 있습니다.  
 여름에는 강한 향으로 가리는 관리보다  
 올바르게 씻고 말리는 관리가 필요합니다.

### 두피 샴푸

- 1 샴푸 전 두피 노폐물 배출을 위한 가벼운 마사지
- 2 미온수로 두피와 모발을 흠뻑 적셔주기
- 3 충분한 거품으로 두피 구석구석 세정

\*딥 클렌징 샴푸는 두피 타입에 따라 사용 빈도와 제품을 선택하세요.

### 두피 드라이

- 1 드라이기는 두피와 모발에서 10~15cm 유지
- 2 뜨거운 열풍보다 미온풍 사용
- 3 지속적으로 움직여가며 꼼꼼하게 건조

# 03

## 부스스한 잔머리 왜 자꾸만 올라올까?

평소처럼 스타일링해도 집밖에만 나서면 왜 모발이 붕 떠보이고 마음에 들지 않을까요? 그 이유는 여름철 외부 환경 때문입니다. 강한 자외선과 습도는 모발의 안과 밖으로 단백질을 손상시키고 모양을 변형하여 쉽게 처지고 곱슬거려 보이게 만듭니다.

**OUTSIDE**  
강한 자외선

- ☑ 자외선 노출로 인한 단백질 손상
- ☑ 수분을 보호하는 세라마이드 감소

**INSIDE**  
높은 습도

- ☑ 모발 속 수소 결합 붕괴
- ☑ 부풀고 부스스해 보이는 형태 변화



# 04

## 찰랑찰랑 빛나는 한여름 모발 관리법

스타일링도 어려운 장마철에 부스스한 모발을 제대로 관리하려면 최대한 모발 본연의 수분 손실은 줄이고 손상된 큐티클의 영양을 보충해 주는 것이 핵심입니다.

### Step 01 영양

- 샴푸 후 트리트먼트 또는 헤어 마스크/팩 등으로 수분과 단백질 공급
- 모발 건강에 도움이 되는 영양소 섭취

### Step 02 보호

- 샴푸 및 타올 드라이 후 모발 본연의 수분 보호를 위해 헤어용 로션, 미스트 등 사용
- 외출 시 모발을 완전 건조시키고 자외선 노출 최소화 (모자, 양산, 자외선 차단 스프레이 등 이용)



※ 이해를 돕기 위한 예시 이미지로 특정 제품의 효능효과와 관련 없음



## 사계절 맞춤 관리로 더 아름다워지는 여름

상쾌하게 정돈된 두피는 매끈한 모발의 기반입니다. 그동안 계절의 변화를 무시한 채, 1년 내내 같은 방법으로 관리하고 있었다면 **이제는 날씨에 맞는 두피 & 헤어 관리를 시작하세요.** 더 뜨거워지기 전, 작은 습관부터 실천한다면 일상 속 자신감을 되찾는 기회가 될 수 있습니다.

※ 이해를 돕기 위한 예시 이미지

#### \* 참고자료

- Kamamoto CSL, Nishikaku AS, Gompertz OF, Melo AS, Hassun KM, Bagatin E. Cutaneous fungal microbiome: Malassezia yeasts in seborrheic dermatitis scalp in a randomized, comparative and therapeutic trial. *Dermatoendocrinol.* 2017;9(1): e1361573-2-6
- Naldi L, Diphoom J. Seborrheic dermatitis of the scalp. *BMJ Clin Evid.* 2015;2015:1713
- Skedung L, Collier ES, Harris KL, et al. A Curly Q: Is Frizz a Matter of Friction?. *Perception.* 2021;50(8):728-732
- Gao T. Evaluation of hair humidity resistance/moisturization from hair elasticity. *J Cosmet Sci.* 2007;58(4):393-404
- Zuel-Fakkar NM, El Khateeb EA, Cousha HS, Hamed DM. Ultrastructure study of hair damage after ultraviolet irradiation. *J Cosmet Dermatol.* 2013;12(4):254-260
- Kim MJ, Ahn HJ, Kong D, Lee S, Kim DH, Kang KS. Modeling of solar UV-induced photodamage on the hair follicles in human skin organoids. *J Tissue Eng.* 2024;15:20417314241248753
- Lee Y, Kim YD, Hyun HJ, Pi LQ, Jin X, Lee WS. Hair shaft damage from heat and drying time of hair dryer. *Ann Dermatol.* 2011;23(4):455-462
- American Academy of Dermatology (AAD). Healthy Hair Tips. Accessed March 12, 2026