

Tips Perawatan Rambut Kering dan Rontok

Perawatan rambut kering dan rontok diperlukan untuk mengembalikan kesehatan dan kecantikan rambut. Rambut adalah kebanggaan bagi kaum pria maupun wanita. Tanpa rambut yang sehat kecantikan dan ketampananan tampak berkurang. Secara alami rambut rontok biasa terjadi setiap hari asal tidak lebih dari seratus helai perharinya. Rambut yang terus menerus rontok dalam jumlah besar dan tidak segera diatasi dapat menyebabkan kebotakan. [Jafra Skin Care](#)
Faktor-faktor penyebab kerontokan rambut di luar batas adalah :

1. Faktor usia. Semakin bertambah usia semakin mudah mengalami kerontokan rambut
2. Genetis. Rambut rontok dapat diturunkan secara genetis, seseorang yang memiliki riwayat botak kemungkinan besar akan menurunkan sifat botak tersebut pada anak cucunya.
3. Faktor hormonal. Perubahan hormon dapat menyebabkan kerontokan pada rambut.
4. Stress. Semakin tinggi tingkat stress seseorang salah satu dampaknya adalah menderita kerontokan rambut.
5. Kekurangan nutrisi terutama asam folat dan zat besi. Asam folat adalah zat yang dibutuhkan untuk kesehatan kulit kepala dan rambut.

Kurangnya asupan gizi dapat menyebabkan rambut mudah rontok hingga kebotakan pun terjadi. Zat besi memegang peran penting dalam sirkulasi darah. Jika transportasi zat-zat makanan dalam darah terganggu maka kebutuhan nutrisi untuk kesehatan rambut dan kulit kepala tidak terpenuhi.

Kebutuhan zat besi bagi tubuh agar rambut dapat tumbuh sehat adalah minimal 14,8 miligram per hari. Jika nutrisi yang masuk pada tubuh kekurangan zat besi maka berbagai gangguan metabolisme bisa terjadi.

6. Ketombe. Tumbuhnya ketombe tidak hanya menyebabkan rasa gatal yang sangat mengganggu namun juga dapat menyebabkan rambut rontok di luar batas kewajaran. [Agen Jafra Makassar](#)

Lazimnya rambut tumbuh subur dan sehat. Kelembaban alaminya terjaga sebagaimana kelembaban kulit yang tidak mengalami gangguan. Namun ada beberapa faktor yang menyebabkan rambut menjadi kering dan mudah rusak. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan rambut kering dan rusak adalah :

- a. Kekurangan nutrisi. Kekurangannya lemak tertentu dapat menyebabkan rambut mudah kusam dan kering

- b. Pemakaian alat elektronik. Terlalu sering menggunakan hairdryer, alat pengeriting rambut, alat catok dapat menyebabkan rambut mudah kering dan rusak
- c. Polusi udara. Zat-zat polutan dapat menyebabkan terjadinya kerusakan pada rambut.

Tips Perawatan Rambut Kering dan Rontok

Agar tidak semakin parah rambut kering dan rontok harus segera diatasi. **Perawatan rambut kering dan rontok** dapat dilakukan dengan cara:

- a. Merawat rambut dengan kondisioner. Setelah keramas gunakan kondisioner untuk membantu menjaga kelembaban alami rambut.
- b. Memberikan vitamin rambut. Seperti bagian tubuh lain rambut juga memerlukan vitamin agar tumbuh sehat dan subur.
- c. Menghindari menyisir rambut ketika basah. Salah satu penyebab rambut mudah rontok adalah disisir ketika basah. Setelah keramas lebih baik rambut dikeringkan terlebih dahulu sebelum disisir.

Perawatan rambut kering dan rontok juga dapat dilakukan dengan cara mengoleskan getah tanaman lidah buaya (aloe vera). Getah lidah buaya mengandung vitamin, mineral, enzim dan asam amino yang sangat bermanfaat bagi kesehatan kulit dan rambut agar tetap sehat

Mengenal Perawatan Wajah Clinique

Perawatan wajah Clinique adalah jawaban bagi Anda yang suka sekali merawat bagian tubuh Anda khususnya pada bagian muka dengan cara yang sederhana. Walaupun sederhana, namun hasil yang didapatkan sangatlah memuaskan dan sesuai dengan apa yang Anda inginkan. Lalu, apa sajakah berbagai ragam dari rangkaianannya, dan bagaimana pula cara menggunakannya.

Jenis-jenis Perawatan Wajah Clinique

Banyak dari ragam atau jenis – jenis dari produk yang satu ini. Dimana, memiliki pula fungsi yang berbeda – beda antara satu dan lainnya. Yang pertama adalah liquid facial soap mild. Nah, ini adalah merupakan sabun untuk wajah Anda. Dimana fungsinya adalah sebagai menghilangkan minyak dan akan terlihat lebih cerah serta terasa halus. Kemudian ada juga yang namanya clarifying lotion clarifiante. Ini adalah merupakan toner yang berfungsi sebagai pembantu mengelupasi sel kulit mati yang ada di wajah Anda.

Dan yang terakhir adalah dramatically different moisturizing gel. Ini adalah krim yang juga sama memiliki fungsi yang bermanfaat untuk wajah Anda. *Perawatan wajah Clinique* tentu saja akan mendapatkan hasil yang sesuai dengan impian dan kemauan Anda apabila Anda rajin dan tidak sedang menggunakan produk produk lainnya yang kemungkinan bisa saja bertolak belakang atau memiliki dampak yang bisa membahayakan atau merusak wajah Anda.

Cara Pengaplikasian Perawatan Wajah Clinique

Setelah Anda mengetahui dari jenis – jenis atau ragam dari rangkaian produk ini, maka tentulah Anda harus mengetahui tentang bagaimana cara pemakaiannya. Untuk yang pertama yaitu liquid facial soap mild ini, carap pakainya adalah dengan menaruh pada telapak tangan Anda dan berikan sedikit air saja. Dan kemudian oleskan dan buat gerakan memutar dan mengosokkan pelan – pelan pada wajah Anda lalu bilas dengan air yang bersih.

Lanjut kepada jenis yang kedua yaitu adalah clarifying lotion clarifiante. Cara pakainya adalah dengan menaruhnya dikapas dan diberi toner lalu usap-usap pada wajah Anda. San jenis yang ketiga yaitu dramatically different moisturizing gel.

Cara pakainya adalah dengan dengan dioleskan merata saja pada wajah Anda. Cara yang tidak cukup sulit bukan untuk mendapatkan kulit yang sesuai dengan apa yang anda harapkan. Oleh karena itu, tidak ada salahnya jika Anda ingin memakai produk ini didalam daftar belanja Anda. Agar Anda tampil lebih percaya diri, maka gunakanlah perawatan wajah Clinique.

Memutihkan Ketiak dan Selangkangan Menggunakan Bahan Herbal

Informasi seputar cara **memutihkan ketiak dan selangkangan** menggunakan bahan-bahan herbal pasti sangat dibutuhkan mereka yang sedang bermasalah dengan warna kulit ketiak dan selangkangan. Baik pria maupun wanita, pasti tidak mau ketiak dan selangkangannya gelap dan tampak kusam. Apalagi, jika Anda telah memiliki pasangan tetap. Anda pasti minder, bukan?

Jangan sedih! Sesungguhnya banyak sekali bahan-bahan dari alam yang dapat dimanfaatkan untuk keluar dari masalah tersebut. Berikut ini adalah beberapa cara memutihkan ketiak dan selangkangan.

Memutihkan Ketiak dan Selangkangan Menggunakan Bahan Herbal

1. Jeruk Nipis

Si bulat berukuran sebesar bola pimpong, dengan warna kulit hijau, dan rasanya lumayan asam ini, memang banyak sekali khasiatnya. Jeruk nipis bukan hanya dimanfaatkan untuk mengobati batuk, menghilangkan bau amis, menghilangkan bekas luka, atau mengusir ketombe saja. Melainkan, untuk **memutihkan ketiak dan selangkangan** pula.

Kandungan vitamin C jeruk nipis berperan sebagai pencerah warna kulit yang bekerja dari dalam tubuh. Sehingga sangat aman dan alami.

Cara penggunaannya pun sangatlah mudah. Cukup ambil beberapa buah jeruk nipis, (sesuaikan dengan luas area ketiak dan selangkangan yang ingin dirawat), lalu belah masing-masing menjadi dua bagian.

Gosokkan daging buah jeruk nipis tersebut pada ketiak dan selangkangan sampai seluruh sarinya keluar. Tunggu sekitar 30 menit sebelum dibilas bersih.

Lakukan cara ini setiap hari dan rasakan perubahannya. Catatan penting untuk Anda, sebelum menerapkan cara ini, pastikan kondisi ketiak dan selangkangan Anda bebas dari luka terbuka. Sebab, akan terasa sangat pedih jika jeruk sampai mengenai luka.

2. Bengkoang

Tentu Anda sudah sering melihat produk pemutih kutih dengan kandungan ekstrak bengkoang, bukan? Memang, buah berdaging putih bersih tersebut dikenal manjur mencerahkan warna kulit. Anda bisa memanfaatkan bengkoang sebagai bahan lulur alami.

Caranya, sediakan dua buah bengkoang, kupas, dan bersihkan dengan air. Setelah itu, potong-potong daging bengkoang kecil-kecil, lalu blender hingga halus. Bisa pula diparut jika Anda ingin mendapatkan lulur yang agak kasar.

Oleskan lulur bengkoang tersebut pada bagian ketiak dan selangkangan, tunggu sampai mengering baru kemudian dibilas. Perawatan cara memutihkan ketiak dan selangkangan ini aman dilakukan sesering mungkin.

3. Jagung Muda

Selain enak direbus, jagung muda berkhasiat mencerahkan warna kulit. Bahkan, noda-noda hitam bekas jerawat dan cacar ain dapat hilang dengan menggunakan parutan jagung muda.

Anda hanya perlu mempersiapkan dua-tuga batang jagung muda jika ingin memutihkan ketiak dan selangkangan. Parut jagung muda tersebut dan gunakan sebagai lulur. Diamkan beberapa saat sampai setengah kering, lalu gosok-gosok pada permukaan ketiak serta selangkangan yang hitam. Lakukan setiap hari! Anda bisa mulai mencoba cara-cara *memutihkan ketiak dan selangkangan* seperti di atas sekarang juga. Semakin rajin Anda melakukannya, semakin cepat hasilnya akan terlihat. Selamat mencoba!

Kenali Mengapa Kuku Mudah Ditekuk?

Kuku merupakan tulang lunak di ujung jari manusia yang membantu pergerakan jari. Kelainan pada kuku juga menjadi pendeteksi adanya gangguan kesehatan pada tubuh manusia. Salah satunya adalah **kuku mudah ditekuk**. Apakah penyebabnya?

Tentang Kuku

Kuku adalah bagian tulang manusia yang terbentuk dari protein. Fungsi utamanya adalah :

1. Sebagai pelindung jari yang mengandung banyak urat saraf
2. Meningkatkan kemampuan menyentuh

Bagian-bagian kuku meliputi :

• **Badan Kuku**

- √ Bagian yang sering diwarnai
- √ Merupakan pelindung palung kuku
- √ Tidak mempunyai aliran darah karena bukan jaringan hidup

• **Lunula**

- √ Berbentuk bulan sabit
- √ Bagian yang merupakan kumpulan sel pembentuk keratin dan kuku

• **Kutikula (*eponikium*)**

- √ Penutup kulit yang berfungsi sebagai penahan masuknya bakteri dan pelindung kuku dari benturan

• **Matriks Kuku**

- √ Bagian yang membentuk jaringan kuku baru

• **Dinding Kuku (*nail wall*)**

- √ Bagian kuku yang berbentuk lipatan-lipatan sebagai penutup bagian pinggir dan atas

• **Dasar Kuku (*nail bed*)**

- √ Merupakan kulit yang ditutupi oleh kuku

• **Alur Kuku (*nail groove*)**

- √ Celah antara dasar kuku dan dinding kuku

• **Akar Kuku (*nail root*)**

- √ Bagian pusat kuku

• **Lempeng Kuku (*nail plate*)**

- √ Merupakan bagian kuku yang terletak di tengah dan dikelilingi oleh dinding kuku

• **Hiponikium**

- √ Bagian dasar kuku dengan kulit ari menebal di bawah kuku

Proses Pertumbuhan Kuku

Kuku tumbuh dari ujung jari yang terdiri atas sel-sel kulit yang mengeras. Pertumbuhannya dipengaruhi oleh aktivitas sel-sel tersebut. Kecepatan tumbuh kuku dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu :

- Keturunan
- Lingkungan

Lingkungan gelap menurunkan aktivitas sel

- Suhu

Suhu panas meningkatkan metabolisme sel sehingga mempercepat pertumbuhan kuku

- Sirkulasi darah

Suply darah yang sedikit menurunkan aktivitas sel.

- Jenis kelamin

Kuku laki-laki lebih cepat daripada kuku perempuan

- Asupan nutrisi dan gizi

Diagnosa Penyakit

Kuku merupakan alat deteksi suatu penyakit. Ada beberapa tanda pada kuku yang dapat dijadikan sebagai dasar diagnosa sebuah penyakit yaitu :

- Pangkal kuku berwarna kebiruan :

Gejala penyakit jantung karena sirkulasi darah dalam tubuh tidak baik

- Warna merah muda atau coklat di separuh ujung kuku dan wana putih pada kulit ari :

Gejala penyakit gagal ginjal

- Kuku kusam dan adanya kerutan horisontal :

Gejala campak, cacar air, gondok, jantung, kurang gizi dan sindrom Reynaud

- Lapisan merah dan garis-garis ganda pada kuku :

Gejala darah tinggi karena terjadi pendarahan pada pembuluh kapiler

- Pertumbuhan kuku lambat, tebal dan mengeras :

Gejala getah bening dan penyakit pencernaan kronis

- Bintik-bintik pada kuku :

Gejala penyakit kulit kronis

- Lengkungan pada pangkal dan ujung kuku :

Gejala penyakit TBC, gangguan paru-paru, penyakit kardiovaskuler atau hati

Kenali Mengapa Kuku Mudah Ditekuk?

Kondisi **kuku mudah ditekuk** disebut juga koilonikia. Gejala-gejalanya yaitu :

- √ Kuku lunak
- √ Mudah patah
- √ Bentuknya seperti sendok

Penyebab *kuku mudah ditekuk* yaitu :

- √ Perawatan yang kurang baik
- √ Kekurangan kalsium (Ca)

Kuku ditekuk merupakan diagnosis :

- √ Gejala anemia
- √ Gangguan kelenjar tiroid

Cara mengatasi :

- √ Membersihkan kuku dengan air hangat dan menyikatnya dengan halus
- √ Memperbanyak konsumsi vitamin C

Demikian artikel kuku mudah ditekuk, kiranya dapat memberikan informasi yang berguna untuk para pembaca artikel ini. Semoga bermanfaat!

Baju Langsing Zirana untuk Merampingkan Tubuh

Baju langsing Zirana untuk merampingkan tubuh banyak diminati oleh pria dan wanita yang ingin membentuk tubuhnya menjadi ideal. Baju ini selain sebagai peramping tubuh, membentuk tubuh ideal juga sangat baik untuk menjaga kesehatan tubuh.

Komponen dari baju pelangsing ini berisi sinar infra merah yang ditenun sulam dengan teknologi canggih dan modern di Jepang. Beberapa bagian tubuh dapat dirampingkan sesuai dengan keinginan tanpa harus bersusah payah berdiet makanan yang sangat menyiksa.

Baju Langsing Zirana untuk Merampingkan Tubuh

Keunggulan dari baju pelangsing ini yaitu mengurangi lemak, merampingkan tubuh, memperlancar peredaran darah, memperbaiki sistem pernapasan, meningkatkan metabolisme tubuh, menjaga kesegaran tubuh, mengendalikan pertumbuhan bakteri, mematikan jamur, mengeluarkan keringat, menjaga suhu tubuh, memperbaiki urat saraf tubuh dan membuat tidur lebih nyenyak.

Bagian tubuh yang dapat dirampingkan oleh baju pelangsing ini yaitu bagian lengan, payudara, pinggang dan pinggul. Lantas, apa saja alasan memilih **baju langsing Zirana** untuk merampingkan tubuh?

Bagi Anda yang tertarik untuk mengetahui lebih jauh seputar baju langsing Zirana untuk merampingkan tubuh, melalui artikel ini kami akan membahasnya secara detail. Berikut ini alasan memilih baju langsing Zirana untuk merampingkan tubuh.

Alasan memilih *baju langsing Zirana* untuk merampingkan tubuh :

1. Melangsingkan badan dengan mudah dan ekonomis.

Baju pelangsing ini digunakan menempel di tubuh atau sebagai pakaian dalam sehingga secara otomatis tubuh akan mengikuti bentuk pakaian.

2. Nyaman dipakai.

Bentuk baju pelangsing ini disesuaikan dengan bentuk tubuh yang diinginkan namun tetap nyaman dipakai karena menggunakan bahan yang elastis.

3. Fleksibel.

Penggunaan baju pelangsing ini sangat fleksibel, dapat digunakan dimana saja dan kapan saja seakan memakai baju sehari-hari.

4. Sangat mudah dibersihkan.

Cara membersihkan baju untuk pelangsing tubuh ini sangat mudah, hanya tinggal mencuci seperti mencuci biasa.

5. Warna baju tidak mudah pudar.

Pewarna yang digunakan pada baju pelangsing ini memiliki kualitas yang sangat tinggi sehingga tidak mudah pudar meskipun dipakai dan dicuci berulang kali.

6. Dilengkapi dengan anti kuman dan anti bakteri.

Komposisi pada baju pelangsing ini mengandung sinar infra merah yang dapat berfungsi sebagai anti kuman dan anti bakteri.

7. Menghambat sinar ultraviolet.

Sinar ultraviolet dapat dihambat oleh baju pelangsing ini sehingga membuat kulit lebih sehat.

Kiranya, itulah pembahasan singkat yang dapat kami sampaikan terkait [baju langsing Zirana](#) untuk merampingkan tubuh yang sangat bermanfaat bagi pria dan wanita. Semoga artikel yang kami sampaikan di atas mampu memberikan pengetahuan dan pemahaman baru bagi pembaca, khususnya bagi Anda yang menginginkan bentuk tubuh ideal serta menawan dengan cepat. Semoga bermanfaat.

Bahaya Menghilangkan Ketiak Hitam dengan Pasta Gigi

Ada saja usaha setiap orang untuk **menghilangkan ketiak hitam**, mulai dari cara alami, hingga cara modern yang melibatkan biaya besar. Semua dilakukan atas dasar keinginan mendapat warna kulit ketiak yang cerah.

Memang ketiak hitam dianggap “tabu” bagi kaum wanita. Dianggap “nggak banget” untuk sebuah penampilan yang semestinya sempurna. Saking mendambakan ketiak berwarna cerah, wanita mau melakukan apa saja demi menghilangkan ketiak hitam.

Bahaya Menghilangkan Ketiak Hitam dengan Pasta Gigi

Terkadang keinginan **menghilangkan ketiak hitam** tidak diiringi dengan pengetahuan yang memadai. Sehingga banyak yang salah kaprah menggunakan bahan-bahan tertentu. Padahal, ada beberapa bahan yang sebenarnya tidak cocok dan cenderung berbahaya jika digunakan di kulit, salah satunya adalah odol.

Bahaya Odol untuk Memutihkan Ketiak

Mungkin bagi sebagian Anda yang tidak tahu, akan terheran-heran jika mengetahui odol digunakan untuk memutihkan ketiak. Namun, hal semacam ini bukan isu belaka. Cukup banyak orang yang memanfaatkan odol untuk memutihkan ketiak atau mengatasi masalah-masalah kulit lainnya.

Masalahnya, benarkah odol atau pasta gigi aman digunakan untuk menghilangkan ketiak hitam?

Pada dasarnya, dalam setiap kemasan odol gigi, tercantum komposisi dasar seperti baking soda, hidrogen, alkohol, *triclosan*, *menthol*, *peroxide*, dan *essential oil*.

Komposisi tersebut belum ditambah dengan bahan-bahan penunjang lainnya seperti perasa, zat antiseptik tambahan, dan sebagainya.

Membaca komposisi pada odol gigi, tentu akal kita berpikir, bahan odol gigi sama dengan bahan yang diperlukan untuk mencerahkan kulit ketiak atau menghilangkan ketiak hitam.

Kulit Jadi Kering dan Keriput

Memang, odol gigi mengandung baking soda yang berfungsi sebagai pemutih. Dalam praktik kehidupan sehari-hari, baking soda aman digunakan untuk memutihkan yang lainnya, seperti pakaian dan ketiak. Akan tetapi, bagaimana pula dengan bahan-bahan penyerta odol gigi selain baking soda itu?

Diketahui, beberapa zat aktif dalam pasta gigi bertugas menyerap cairan pada gigi. Zat inilah yang efektif membuat gigi Anda menjadi bersih dan kesat.

Ketika odol dioles pada permukaan kulit, zat-zat tersebut akan menyerap kelembapan ketiak sehingga dapat menjadikan kulit ketiak kering dan berkeriput.

Odol Tak Akan Efektif Memutihkan Ketiak

Jadi logikanya, sebuah produk yang dirancang untuk gigi, tidak akan efektif dijadikan sebagai obat pemutih ketiak. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian yang pernah dipublikasikan dalam *di Journal of Clinical and Aesthetic Dermatology*, bahwa penggunaan odol gigi pada kulit dapat menyebabkan iritasi serius.

Demikian ulasan mengenai bahaya *menghilangkan ketiak hitam* menggunakan odol gigi. Bijaklah dalam bertindak. Sebab, tindakan Anda dapat menentukan sayang atau tidaknya Anda pada tubuh sendiri.

Mengenal Apakah Jenis Sakit Olga

Sakit Olga apa? Kini media kembali ramai oleh berita mengenai kembali jatuh sakitnya artis dan presenter yang bernama asli Yoga Saputra itu. Lebih terkenal dengan nama Olga Syahputra, lelaki yang lahir pada tahun 1983 ini menempati posisi jajaran atas dunia selebritas tanah air.

Berita tentangnya kerap diburu hingga tak habisnya ditayangkan di layar kaca pun di media lainnya. Semenjak terkenal menjadi presenter di program televisi "Ceriwis" bersama kedua rekan presenternya yang tak kalah terkenal, Indy barends dan Indra Bakti, nama Olga terus melejit.

Mengenal Apakah Jenis Sakit Olga

Sayangnya beberapa waktu belakangan ini, kesehatan Olga kerap menurun hingga menghentikan sejenak kegiatannya di dunia hiburan. Sebenarnya, Olga bukan tipe seseorang yang rentan terhadap penyakit. Bahkan hampir tidak ada catatan medis mengenai **Sakit Olga** yang di deritanya sekarang.

Namun, pada kenyataannya sudah dua kali penyakit aneh menggerogoti tubuhnya di tahun-tahun terakhir ini. Awalnya disebabkan oleh benjolan misterius yang muncul pada bagian lehernya. Yang sekalipun membuat fisiknya drop dan tubuhnya menjadi sangat lemah, benjolan tersebut dalam pemeriksaan medis, bukanlah suatu hal serius yang bisa dideteksi.

Banyak orang yang kemudian menarik kesimpulannya masing-masing atas *sakit olga* yang dideritanya. Ada yang mengatakan bahwa penyakit tersebut adalah bagian dari guna-guna dan ilmu klenik, ada yang mengatakan santet, dan bahkan ada saja yang menyebut Olga berlebihan dalam mengekspresikan penyakitnya itu.

Ya, sebab setiap orang bebas berpendapat. Olga pun dinilai tidak terlalu ambil pusing atas pemikiran orang lain terhadap dirinya. Ia hanya fokus pada proses pengobatan, baik medis maupun herbal. Rekan dan keluarga Olga nampak pula saling bantu dan mendukung Olga untuk kembali pulih. Dan harapan mereka pun perlahan terkabul. Meski harus tetap menjaga kesehatannya, Olga mulai bisa kembali ke ranah hiburan tanah air.

Meski sesekali masih nampak menahan sakitnya, Olga tetap menjalani hari-harinya sebagaimana layaknya Olga sebelum menderita penyakit misterius itu. Ia tetap ceria dan menyapa siapapun yang berada di sekitarnya. Ia kembali meramaikan jagad hiburan tanah air dan sejenak terlepas dari sakitnya.

Dari sakit Olga, orang banyak bisa mengambil hikmahnya. Bahwa harta dan kesuksesan tidak akan berjalan beriringan jika kesehatan yang merupakan karunia Tuhan, tidak memberikan dukungannya. Hanya karena sakit, harta dan tahta dapat lenyap seketika. Sebab untuk dapat sembuh, seseorang bahkan perlu menukar seluruh kekayaannya. Oleh karenanya, menjaga kesehatan dan mensyukuri karunia Tuhan adalah hal baik yang wajib dilakukan oleh semua orang.

Berapa Sih Harga Vaksin Kucing? Mahal Tidak?

Memberikan vaksin kepada kucing peliharaan Anda seharusnya wajib. Supaya berbagai macam penyakit tidak dapat bertenger di tubuhnya. **Harga vaksin kucing** ada beragam, tergantung kegunaan dan bagus tidaknya.

Berapa Sih Harga Vaksin Kucing? Mahal Tidak?

Berapa **harga vaksin kucing**? Berikut ini ulasan selengkapnya.

Manfaat Vaksin untuk Kucing

Manfaat melakukan vaksin kepada kucing adalah supaya memberikan mereka kekebalan tubuh untuk melindungi serangan penyakit. Umur kucing yang diberi vaksinasi umumnya mulai 8 sampai 9 minggu.

Pada usia tersebut, kekebalan tubuh yang diterima dari sang induk lewat susu semakin berkurang. Setelah divaksin, kucing harus divaksin kembali supaya kekebalannya tidak menurun dan mudah terserang penyakit.

Hanya kucing yang sehat yang bisa divaksin, sebab sifat vaksinasi adalah pencegahan. Kucing yang sedang menyusui dan hamil juga tidak boleh divaksin. Kucing sehat artinya bebas dari kutu, tidak demam, tidak diare, tidak radang, dan tidak muntah-muntah.

Kucing yang kurang sehat tidak boleh diberikan vaksinasi, nantinya si kucing malah jadi terkena penyakit. Memang kucing yang sudah divaksinasi masih bisa terkena penyakit tapi yang tidak parah.

Harga dan Jenis Vaksinasi

Vaksinasi yang diberikan pada kucing tergantung kepada usia, begitu juga harganya tergantung kepada jenis vaksinasinya. Ini dia daftar jenis serta harga vaksin kucing.

- Kucing 8-10 minggu. Akan dilakukan pemeriksaan umum untuk si kucing. Vaksinasi bisa diberikan untuk mencegah tiga atau empat penyakit. Terakhir akan diberikan obat cacing.
- Kucing 12-14 minggu. Pemeriksaan umum juga akan dilakukan. Sama seperti untuk kucing 8 sampai 10 minggu, vaksinasi kucing ini bisa untuk tiga atau empat penyakit. Bedanya, tidak akan diberikan obat cacing.
- Kucing 20 minggu. Akan ada pemeriksaan umum, sementara jenis vaksin yang diberikan adalah untuk rabies.
- Kucing lebih dari 6 bulan dan belum divaksin. Ada pemeriksaan umum, kemudian vaksin tiga penyakit seperti *Feline rhinotracheitis*, *Feline panleucopenia*, dan *Feline calivirus*. Untuk empat penyakit ditambah dengan Chlamydia beserta vaksinasi rabies.

Untuk vaksinasi tiga penyakit, harga vaksin kucing yang harus Anda bayar sekali vaksinasi adalah 80.000 hingga 150.000, itu untuk obat yang murah. Untuk yang mahal, harganya 200.000 ke atas.

Untuk vaksinasi empat penyakit, harga vaksin kucing berkisar antara 170.000 sampai 200.000 rupiah. Vaksin rabies punya harga harga vaksin kucing yang lebih murah dibandingkan semuanya, yaitu sekitar 30.000 sampai 100.000 rupiah.

Agar imunitasnya bagus dan antibodi tinggi, lebih baik kucing diberikan vaksinasi rutin selama satu tahun sekali.

Manfaat Vaksin untuk Mencegah Penyakit

Ada beberapa penyakit yang bisa dihindarkan dari kucing apabila mereka rutin divaksinasi. Penyakit-penyakit itu antara lain, Feline Viral rhinotracheitis, Panleukopenia, dan Calcivirus.

Penyakit yang pertama disebutkan adalah penyakit gangguan pernapasan bagian atas. Penyebabnya adalah dari virus herpes type 1. Akibatnya kucing akan mengalami batuk, bersin, hilang nafsu makan, hidung dan mata berair, lebih ekstrem lagi bisa membuatnya mati.

Calcivirus juga sama, gangguan pernapasan bagian atas. Dapat menyebabkan radang telinga, mulut, nafsu makan hilang, sampai mati. Panleukopenia bisa menyebabkan diaer, radang usus, dehidrasi, muntah, dan mati.

Sebelum divaksinasi, ada baiknya kucing Anda diberi obat cacing dua minggu sebelumnya, di saat usia mereka sudah 8 minggu maupun 2 bulan. Seperti yang sudah disebutkan, ketika divaksinasi kucing harus dalam keadaan sehat, tidak mengalami sakit apa pun itu. Alasannya supaya pembentukan antibodinya dapat berjalan maksimal.

Lakukan vaksinasi sebanyak dua kali dalam setahun, vaksinasi kedua dilakukan 1 bulan setelah melakukan vaksinasi pertama. Kemudian vaksinasi berikutnya lakukan setiap satu tahun sekali. Vaksin selanjutnya punya jarak 1 tahun dari vaksinasi kedua.

Semoga artikel tentang *harga vaksin kucing* ini bermanfaat bagi Anda!

Tips untuk Jogging yang Benar

Jogging yang benar adalah jogging yang dilakukan dengan mengikuti aturan khusus jogging. Aturan khusus jogging ini dibuat untuk kemudahan mereka yang ingin berolahraga jogging tanpa menemui masalah. Jogging tidak hanya dilakukan dengan berlari sembarang lari saja, karena ada aturannya. Kita jogging supaya bisa lebih sehat bukannya menuai masalah, sehingga sebelum jogging harus melakukan beberapa aturannya terlebih dahulu.

Jogging saat ini menjadi pilihan banyak orang untuk berolahraga yang mudah dan praktis. Siapa saja bisa melakukannya mulai dari anak-anak sampai orang tua. Hanya saja untuk mendapatkan manfaat jogging bagi kesehatan dengan melakukan **jogging yang benar**. Tidak semua orang paham bagaimana jogging yang baik dan benar itu. Kali ini kita akan lihat bagaimana melakukan jogging yang baik dan benar dalam ulasan singkat berikut.

Tips untuk Jogging yang Benar

Jogging yang benar tidak hanya dilakukan dengan sembarang berlari saja, karena ada aturan khusus yang harus dipatuhi sebelum jogging. Tujuan orang melakukan jogging adalah untuk menjaga kesehatan tubuh, apalagi jadinya jika jogging tidak dilakukan dengan baik, tentu masalah yang akan kita dapat. Misalnya, sudah jogging setiap hari, tetapi badan kita masih gemuk alias lemak dalam tubuh tidak berkurang. Selain itu, bukan bugar yang kita rasakan tetapi rasa letih yang tidak jelas.

Jogging yang dirasa mampu menjadikan kita lebih sehat tidak akan terasa dampaknya jika dilakukan sembarangan. Sebelum jogging sebaiknya kita ikuti terlebih dahulu beberapa aturannya, supaya selama jogging bisa berjalan dengan baik dan lancar, sehingga sehat yang kita dapatkan. Berikut beberapa aturan yang harus kita lakukan sebelum melakukan jogging di pagi hari.

- Lakukan peregangan atau pemanasan otot terlebih dahulu. Sebelum berlari sebaiknya kita pemanasan dahulu, supaya bisa mempersiapkan otot kaki sehingga bisa berlari dengan nyaman.
- Sebelum jogging sebaiknya minum air putih supaya tidak mengalami dehidrasi pada saat berlari. Selain itu juga disarankan untuk makan sebelum jogging, tetapi buskin makan berat. Sebelum jogging kita bisa makan buah pisang atau sereal.
- Kenakan pakaian olahraga yang baik, yaitu khusus untuk jogging dan mengenakan sepatu olahraga yang tepat dengan ukuran kaki.
- Sebelum berlari sebaiknya lakukan jalan kaki sejauh 200 meter. Setelahnya baru lari sejauh 100 meter, dan diselingi dengan berjalan lagi sejauh 200 meter.
- Sebaiknya ambil jarak tempuh berlari antara 3 sampai 7 km saja, karena sudah lebih dari cukup untuk lari santai.

Itulah beberapa aturan yang harus kita penuhi sebelum jogging di pagi hari. Aturan tersebut dilakukan guna mendapatkan manfaat jogging yang lebih baik bagi kesehatan. Demikianlah ulasan singkat mengenai jogging yang benar, dan sebaiknya harus kita patuhi. Semoga bermanfaat.

Tips Membuat Badan Kurus Jadi Berotot

Thank You for previewing this eBook

You can read the full version of this eBook in different formats:

- HTML (Free /Available to everyone)
- PDF / TXT (Available to V.I.P. members. Free Standard members can access up to 5 PDF/TXT eBooks per month each month)
- Epub & Mobipocket (Exclusive to V.I.P. members)

To download this full book, simply select the format you desire below

