你只要往头上倒三手掌的水，然后使水到达全身，你就洁净了。

据温姆∙萨拉玛－愿主喜悦之－传述说：我说：“真主的使者啊！我是一个扎着发辫的女人，当我洗大净时，我应该把辫子解开吗？”在另一个传述中说：“在月经后（洗大净时）？”他说：“不需要，你只要往头上倒三手掌的水，然后使水到达全身，你就洁净了。” [健全的圣训] [穆斯林传述]

http://www.sunnah.global/hadeeth/zh/show/10030