

Что такое акне?

При неправильном функционировании сальных желез происходит закупорка пор кожным салом. В результате этого возникает воспалительный процесс, который проявляется в виде угрей, прыщей, фурункулов, рубцов и т.п. Все это называется акне.

Влияет ли питание на акне?

Считается, что прямой связи между питанием и акне нет. Однако существует связь косвенная. Во-первых, правильное питание оздоравливает ваш организм в целом, это благотворно влияет и на кожу. Во-вторых, если у вас пищевая аллергия, тогда еда, которую вы употребляете, будет влиять на состояние кожи. Если вы съедите что-то, что не понравилось вашему организму, это тут же отразится на вашем лице.

Влияет ли секс на акне?

Нет. Гормон тестостерон является источником акне только тогда, когда вырабатывается в избытке собственно вашим организмом. Отсутствие секса или слишком бурная половая жизнь, а также мастурбация не оказывают влияния на акне и, тем более, не вызывают их.

Влияет ли грязь на акне?

Нет, если только у вас нет особенных аллергических реакций. Так называемые черные точки на лице появляются не из-за пыли, а по причине внутренних процессов закупорки пор. Люди, страдающие от акне, стараются умывать лицо чаще, чем 2 раза в сутки. Это неправильно, при таком подходе вы пересушиваете кожу, вызываете раздражение и только усиливаете воспаления.

Становится ли акне хуже во время менструации?

Что такое акне

Автор: admin
20.05.2013 13:53 -

Да. Многие женщины замечают, что высыпаний на коже становится больше на 2-7 день перед началом менструаций. Причиной тому – изменение уровня гормонов.

Помогает ли беременность справиться с акне?

В большинстве случаев, нет. Обычно в первом триместре высыпания на коже становятся даже более интенсивными, чем до беременности. Иногда проблема с акне исчезает во время беременности, но высыпания могут появляться вновь в течение последних месяцев.

Влияет ли пот на акне?

Около 15% опрошенных заметили ухудшение состояния кожи после того, как они сильно потели. Происходит это, видимо, потому, что, когда вы потеете, вода блокирует поры, вызывая воспаление.

Влияет ли на акне большая влажность?

Да. Эффект получается такой же, как и от пота.

Может ли косметика ухудшать состояние кожи?

Людям, склонным к высыпаниям на коже, следует избегать косметики на жировой основе, так как она провоцирует закупорку пор. Будьте также осторожны с маслами для загара, проверьте их на небольшом участке кожи, чтобы посмотреть, какая будет реакция.

Автор - **Юрий Дерябин**

[Источник](#)