

# Как избавиться от прыщей?

Молодость – жизнерадостная пора романтических ожиданий и счастливых надежд. Как хороши и свежи нежные грациозные девушки, как прекрасны пылкие статные юноши!

Но, к сожалению, для многих из них это золотое время омрачается непрекращающейся борьбой с коварными врагами расцветающей красоты – прыщами и угрями.

## Прыщи – кто виноват?

Виновниками столь неприятной проблемы являются сальные железы, точнее – их повышенная активность, которая бывает связана с половым созреванием, с жарким временем года, с гормональными изменениями.

Излишки выделяемого кожного сала закупоривают поры и образуют «пробки», которые нарушают нормальную работу сальных желез. В каждом проблемном закупоренном фолликуле начинают размножаться бактерии, развивается воспаление и появляется абсцесс – прыщ, который порой достигает внушительных размеров и доставляет обладателю массу неприятностей: от непрезентабельного внешнего вида до весьма дискомфортных болевых ощущений.

Но самое неприятное – даже после того, как проходит воспаление, на коже иногда остаются рубцы, особенно после не очень удачных попыток самостоятельно «выдавить» нестерпимо мешающий прыщ. Избавиться от таких рубцов бывает довольно сложно, иногда они так и остаются на коже на всю жизнь.

## Что делать?

К сожалению, людям с жирной кожей даже при самом тщательном уходе очень сложно полностью исключить возникновение акне. Однако некоторые простые правила помогут свести их к минимуму:

1. Особенно тщательно поддерживайте в чистоте средства личной гигиены (наволочки, полотенца и т.п.), поскольку бактерии с грязного белья до удивления активно и продуктивно провоцируют воспаления на коже.
2. Никогда не выдавливайте прыщи самостоятельно. Помимо того, что неправильные

## Как избавиться от прыщей

Автор: admin

31.07.2012 10:11 -

---

манипуляции оставляют на вашей коже неэстетичные рубцы, это вызывает незамедлительное появление новых очагов воспаления и распространение инфекции при попадании гноя в область здоровых участков кожи.

**3.** Выбирайте для декоративного макияжа средства с максимально легкой текстурой. По возможности старайтесь избегать использования корректоров и румян.

**4.** Обязательно смывайте макияж на ночь!

**5.** Используйте для ухода специальную косметику для проблемной кожи.

**6.** Сократите количество жирной пищи, потребляйте больше чистой воды, зелени, свежих овощей и фруктов.

### Экспресс-средства

Сегодня существует множество средств, которые могут помочь снять досадное воспаление эффективно и быстро.

Как правило, в состав крема подобного рода входит азелаиновая или салициловая кислота, обладающие подсушивающим и антисептическим действием. Среди наиболее популярных марок – Скинорен, Clearasil.

Недавно на прилавках аптек появилось новое практичное средство для экспресс-лечения прыщей – гидроколлоидные пластыри от прыщей «Extraplast Beauty».

Эти пластыри представляют собой небольшие круги (диаметром 12 мм) с нанесенным на них гидроколлоидным слоем, которые клеятся непосредственно на очаг воспаления. Гидроколлоидный слой адсорбирует гной, содержащийся в прыще, «вытягивая» его на поверхность кожи и создает особую среду, которая препятствует размножению бактерий и способствует быстрой регенерации кожи.

Это помогает не только устранить воспаление, но и предотвратить образование рубцов (пластыри эффективны и в том случае, если вы нечаянно «сковырнули» прыщ). «Extraplast Beauty» практически незаметны на коже – их можно использовать как ночью, так и днем (слегка замаскировав сверху тональным кремом).

Конечно, экспресс-средства хороши тогда, когда необходимо устранить локальные образования. Если речь идет о тяжелых формах акне – увы, такую проблему невозможно решить за один день. Это требует комплексного подхода, связанного не

## Как избавиться от прыщей

Автор: admin

31.07.2012 10:11 -

---

только с использованием специальной косметики, но и с изменением образа жизни и режима питания. Желательно также пройти курс лечения, если акне является следствием заболевания.

Однако как средство скорой помощи для экстренной ликвидации воспаления и покраснения на самом видном месте, внезапно омрачивших счастливую жизнь, удобные пластыри «Extraplast Beauty» – отличный действенный вариант.

Автор - **Как избавиться от прыщей?(Yuri Arcurs, Shutterstock)**

[Источник](#)