

ما هو نوع بشرتك؟

تصنف البشرة عموماً من 4 فئات: البشرة العادية، البشرة الدهنية، البشرة الجافة والدهنية - الجافة. ومع ذلك، يمكن لنوع بشرتك أن يتغير كلما تقدمت في العمر وجرّاء عوامل أخرى مثل الوراثة والمرض.

البشرة الطبيعية لديها توازن جيد من نسبة الرطوبة، مسام البشرة صغيرة و لونها حلم يهدف للوصول إليه جميع الناس. معظم الناس لديهم بشرة طبيعية، ولكن للحفاظ على حالتها الجيدة، فإنه من المهم جداً الحد من تعرضها لأشعة الشمس المضرّة. ينبغي وضع كريم واقى من الشمس على الوجه لحماية البشرة من الأشعة المؤذية. هكذا، لا تظهر التجاعيد ولا تبدو المرأة كبيرة في السن.

يتم التعرف على البشرة الدهنية عندما يكون هناك فائض من الزيت (المصطلح التقني هو الزهم) على الوجه. بعض الناس الذين لديهم بشرة دهنية، يشعرون انهم بحاجة لغسل وجوههم في فترة بعد الظهر لأن وجوههم قد تكون دهنية للغاية لأن الزيت تراكم طوال النهار. يمكن للبشرة الدهنية أن تكون سمة وراثية، و لكن في بعض الأحيان، يمكن أن تكون جرّاء فترة البلوغ عند الإنسان. ففي فترة البلوغ، الغدد الدهنية في الجسم تعمل بشدة وتحدث افرازات دهنية تخرج من سمات الوجه. مناطق الوجه التي تزيث الأكثر هي الجبين، الأنف، و الذقن.

أما البشرة الجافة، تعاني من عدم وجود الرطوبة الطبيعية. هناك القليل من الزيت لتكون بمثابة حاجز على سطح البشرة، فتمنع الرطوبة من الخروج إلى سطح الجلد. الناس ذوي البشرة الجافة يشعرون بأن وجوههم مشدودة للغاية الانزعاج. فالبشرة في الكثير من الأحيان تصبح حساسة للغاية و عرضة للحكاك. يمكن أيضاً أن يقشر الوجه، ولكنه ليس دائماً علامة تدل على أن البشرة جافة. يمكن أن تكون بشرتك ميالة للتقشر ولا تكون جافة. في بعض الأحيان، يمكن أن يشعر الشخص بألم و حكاك إن كان يتّسم ببشرة جافة، مما يؤدي إلى مرض جلدي يسمى الأكزيما.

البشرة الدهنية - الجافة هي مزيج من كل من البشرة الدهنية و الجافة. الناس الذين يعانون من هذه الحالة لديهم بشرة زيتية في منطقة الأنف، الجبين، والذقن في حين خدودهم تبقى جافة. ممكن لهذه الحالة أن تكون وراثية أو ناتجة من البلوغ عندما تزيد الغدد من

انتاج الزهم.

إذا كنت لا تزالين غير متأكدة من نوع بشرتك، يجب استشارة طبيب الأمراض الجلدية لكي يحدد لك حالتك ويوصيك بالعلاج المناسب.