

# كيفية التخلص من حب الشباب لبشرة نضرة

حب الشباب، البقع، أو البثور: مهما كنت تسميها، إنك بالتأكيد لا تريد أن تريها على وجهك مرة أخرى. لسوء الحظ، في حين أن الكثير منا يعتقد أن بشرتنا سوف تتحسن بعد سن البلوغ، هذا ليس هو الحال دائما. يمكن لحب الشباب أن يظل على بشرتك لفترة طويلة بعد أيام الطفولة. على هذا النحو، قومي بتسليح نفسك بأفضل المنتجات، النصائح، والحيل لإخفاء العيوب وإبعاد البثور في السعي وراء بشرة واضحة.

## أسباب حب الشباب:

يظهر حب الشباب بسبب المسام على بشرتك التي تنسد جراء الزيت، خلايا الجلد الميت، الأوساخ، والبكتيريا. على هذا النحو، العديد من العوامل الداخلية والخارجية يمكن أن تؤثر على ما إذا كانت بشرتك تطور حب الشباب أم لا. وتشمل بعض المحفزات إنتاج مفرط من الزيت، علم الوراثة، الهرمونات، الإجهاد، والنظام الغذائي. يمكن أن تشمل أسباب أخرى ولكن لا تقتصر على لمس الوجه، نقر البثور، التعرض للشمس والعرق، عدم غسل الوجه بانتظام، المواد الكيميائية والمنظفات الموجودة على الملابس والوسائد، الإفراط في التقشير، التدخين، منتجات الشعر، ومنتجات التجميل التي تسد المسام. لأن كل هذه العوامل يمكن أن تظهر حب الشباب، فمن المهم أن تعالجي البثور وتعملي على منعها.

## منتجات البشرة لعلاج حب الشباب:

عندما يتعلق الأمر بإخفاء العيوب، استخدام المنتجات المناسبة أمر بالغ الأهمية. على هذا النحو، شراء العلاجات المتخصصة، منتجات العناية بالبشرة، والماكياج للبشرة المعرضة لحب الشباب ضروري لتحقيق بشرة نظيفة وواضحة. إبدئي من خلال استبدال غسولك اليومي العادي مع واحد خال من الزيت ويحتوي على حمض الصفصاف. حمض الصفصاف هو مضاد للبكتيريا ويمكن أن يساعد على تقشير المسام المسدودة بخلايا الجلد الميتة. وبالمثل، ابحثي أيضا عن مرطبات خالية من الزيت التي توفر الترطيب مع منع إنتاج الزيت الإضافي.

يجب أن تنظري إلى الاستثمار في علاج بقع ذي جودة عالية لمعالجة

البثور والعيوب عندما تظهر على سطح البشرة. اختاري واحد مصمم للتخلص من الشوائب، للسيطرة على الزيت الإضافي، والذي يحتوي على المكونات المضادة للالتهابات. القيام بذلك سوف يضمن أن علاج البقع سيكون قادر على قتل أكبر وأصعب البثور.

لا تنسي روتينك الجمالي. لمنع ماكياجك من المساهمة في ظهور البثور الجديدة، يجب أن يكون مدروس بالنسبة للمنتجات التي اخترتها. لحسن الحظ، هناك الكثير من الماكياج الجيد الذي يمكن أن توفر تغطية جيدة في حين معالجة حب الشباب. إبحثي عن كريم أساس خالي من الزيت للتخفيف من تفاقم مشاكل البشرة. إذا كان هذا الأساس يحتوي أيضا على حمض الصفصاف، إنك في طريقك للحصول على بشرة نضرة وواضحة.