

Acnée pourquoi moi ? - 1/1

Cet article traitera sur ce qui est l'acnée et qu'est-ce qu'on doit faire pour la combattre...

Abolissons immédiatement le mythe qui est d'associer Acné à mauvaise hygiène corporelle car cela est totalement faux, en effet si on a de l'acné et qu'on se lave le visage en espérant que ça partira vous risquez d'aggraver votre cas, en effet une fois la peau délogée de ses impuretés les pores restent ouverts et votre peau est sans défense pendant au moins 3 heures donc il est impératif après s'être nettoyé la figure avec un produit exfoliant doux fait pour les peaux à problèmes de mettre un produit sur le visage mais faites attention il est préférable de prendre un produit doux contre l'acné car vous risquez de brûler votre figure si vous prenez une crème puissante,

Aussi un autre mythe que l'on doit laisser tomber c'est le fait que la mauvaise bouffe telle que les frites, hamburgers, le coca-cola, le chocolat provoque l'acné, ce mythe existe car le fait est vrai (on ne doit pas le cacher) que la graisse emmagasinée dans ces aliments une fois ingurgitée sortira par les pores mais cela ne veut pas dire par autant que ça cause de l'acné, car l'acné peut apparaître de 2 façons la première cela pour être du à un problème de glande hormonale, si c'est le cas ce type d'acné ne durera pas longtemps car une fois la puberté passée votre corps se stabilisera, Le deuxième type d'acné et celui c'est le plus répandu c'est le type Biotique ou Bactérie, Ce type excuse le mot et le plus "Chiant" car cela ne part pas avec le temps il faut le traiter, Ce type 2 est du à une seule bactérie qui se dépose dans un de vos pores et la peau pour se défendre a envoyée du sébum pour emprisonner la bactérie et du sang pour pousser sur le sébum pour que la bactérie sorte, Mais si vous avez explosé ce petit bouton lors de votre jeunesse en disant que ça va aller disparaître vous avez commis une grave erreur vous avez empêché que votre corps se défende par lui-même et le pire ce que vous ne saviez pas mais votre acné et sont tous des clones d'une seule bactérie quand elle était emprisonnée dans le sébum la bactérie se clone pour avoir une chance de survivre en la sortant précocement de votre corps le clone se réfugie dans les pores les plus proches et se multiplie jusqu'à créer l'acné.

C'est pour cela que si vous éclatez un bouton il faut bien désinfecter avant et après avec de l'alcool pour s'assurer que cette saleté est morte mais de préférence ne vous jouez pas dans la figure

L'acné est aussi plus qu'un problème physique il peut aussi devenir d'ordre psychologique en effet l'acné peut conduire à la dépression car l'on croit que tout le monde nous voit de travers, cela peut se noter dans les résultats scolaires en chute libre jusqu'à l'échec (car durant le cours au lieu de regarder devant vous faites semblant de dormir ou vous essayez de pas vous faire remarquer) pertes de beaucoup d'amis non pas qu'ils ne vous aiment pas mais vous supposez qu'ils ne vous aiment plus, Aussi il existe le cas contraire de faire sans cesse le clown pour que le monde vous regarde vous et non votre acné et cela est aussi terrible qu'un échec en classe et aussi cela conduit à la dépression.

Donc si vous vous sentez mal en classe au lieu de vous cacher mettez-vous aux bureaux en face du professeur comme ça vous ne serez pas tenté de dormir ou de vous faire discret (ne portez pas attention au monde qui vous traitera de nerd ou tronche) car c'est votre avenir que vous jouez et non le leur, même si cela vous déplaît faites le juste pour maintenir vos notes hautes, et au lieu de faire le clown agissez normalement comme si vous n'aviez pas d'acné, et acceptez le fait que vous êtes pris avec cela pour un bon moment (car la guérison commence avec l'acceptation)

Il existe différents produits sur le marché mais je vous dirais de commencer avec un remède qui est par expérience personnelle très bon il s'agit de proactive qui coûte environ 100 euros cela marche très bien et si vous n'êtes pas satisfait y compris remboursé ça vaut la peine de l'essayer.

Sinon vous devez aller chez le médecin ou le dermatologue sans perdre de temps, il y a aussi la bardane qui est très bonne pour tuer ces bactéries, les produits en vente libre ne servent presque à rien si vous avez beaucoup d'acné à part les exfoliants doux pour le visage, arrêtez de vous toucher le visage, et regardez l'avenir avec espoir