

**Plan it**[Početna](#) » [Iskustva](#) » [Lečenje akni i nega kože posle 30-te sa Royal Balm lekovitom kozmetikom](#)

Lečenje akni i nega kože posle 30-te sa Royal Balm lekovitom kozmetikom

18.mart.2021 | Autor: [Marija Trifunović](#) | [Iskustva - Royal Balm](#)

 [Свија ми се 7](#)  [Поделити](#)

Do svoje 35 godine, svakodnevna nega moga lica bila je vrlo jednostavna i nije zahtevala posebnu negu, jer nisam imala nikakvih problema sa kožom čak ni u pubertetu.

Moji dnevni i večernji rituali nege mešovite kože, mogli su da se svedu na tri koraka:

- umivanje gelom za lice
- čišćenje tonikom i
- nanošenje hranljive kreme na celo lice, vrat i dekolte.

Koristila sam "lagane" kreme za prolećno-letnji period puštajući kožu "da diše" i malo masnije za jesenje-zimski period kako bih očuvala elastičnost svoje kože tokom hladnih dana.

Najčešća kupovina kozmetike je bila ona industrijska kupljena u apotekama i drogerijama.

Jednom u desetak dana radila sam piling lica rukavicom za lice sa nekim blagim sapunom ili gelom, a na mesec i po do dva sam odlazila kod kozmetičarke koja mi je dubinski čistila pore.

Preporučeno čitanje:

1. [Nega lica – Detaljan vodič](#)
2. [Ulja za lice – detaljan vodič](#)
3. [Lekovita kozmetika – Da li je organsko bolje od prirodnog?](#)

Nakon 35-te nega moga lica tražila je radikalne promene

U dobu od svoje 35-te primetila sam da mi se koža menja. Da počinje da poprima crvenkastiju boju i dobila sam tačkice koje ranije nisam primećivala.

U određenim regijama, najviše na bradi i obrazima pojavilo mi se crvenilo. T-zona mi je postala masnija, a koža na jagodicama obraza suvija.

Kada je crvenilo počelo da se širi i povećava broj tačkica, obratila sam se dermatologu i dobila dijagnozu **Acne Adulterum ili akne odraslih**.



A šta je zapravo bio moj problem sa licem?

Acne Adulterum (Acne Tarda) poznate su kao akne odraslih ili kasne akne. Javljuju se u odrasloj dobi, najčešće od 25 ili 30 godine života.

Istraživanja su pokazala da ih češće dobijaju žene nego muškarci, a ja sam, eto jedna od tih srećnica. :)

Dermatolog mi je objasnila da se akne mogu pojaviti u različitim životnim dobima i da je uzrok pretežno naš hormonalni status.

Naši hormoni se ponašaju različito u različitim periodima života, a moji su želeli da se "pobune" baš tada, u 35-oj.

Ako se sretnete sa ovim problemom, znajte da su uzročnici različiti.

Najčešće su to stres i hormonske promene povezane sa menstrualnim ciklusom, trudnoćom i menopauzom (da, menopauzom, jer se granica za ulazak u menopazu proteklih decenija spustila).

Takođe, doktorka mi je skrenula pažnju da pojava akni može biti izazvana nepravilnom ishranom i aaresivnom kozmetikom koia u sebi sadrži nezdrave sastojeke koje unosimo svakodnevno kroz kožu.

OK, i šta dalje, verovatno se pitate?

Dobila sam uput za proveru da li imam policistične jajnike, upućena sam na test opterećenja – insulinska rezistencija, a skrenuta mi je pažnja da moram da promenim režim ishrane kao i kozmetiku koju koristim, kako je moja dermatolog rekla:

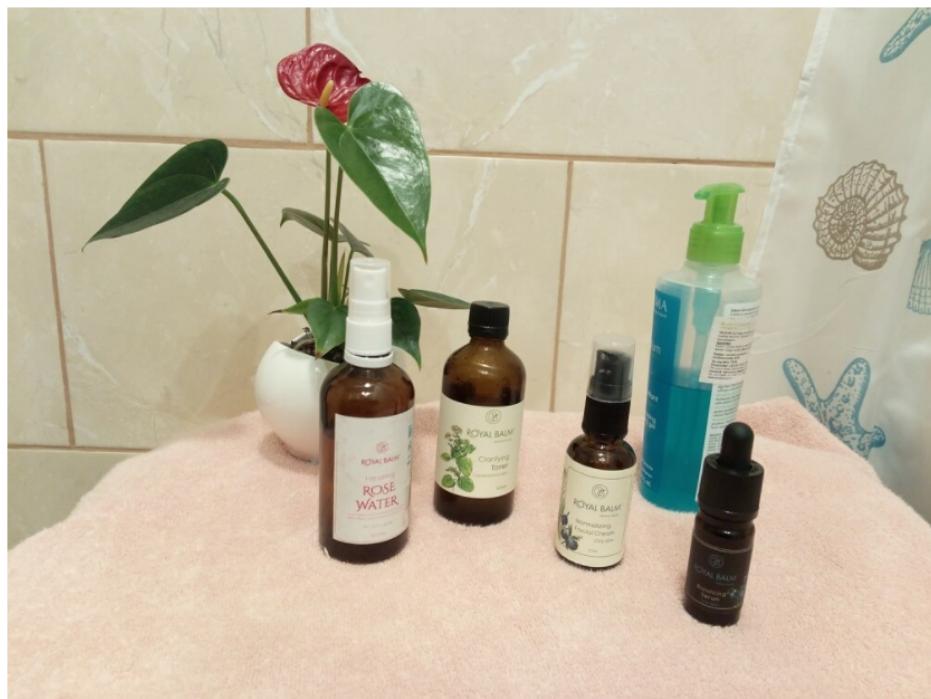
"Treba ti profesionalna svakodnevna nega lica".

Nakon svih lekarskih analiza, rezultati su bili dobri, tako da mi je preostalo da akcenat "bacim" na balansiranu ishranu i prirodnu kozmetiku sa što manjom upotrebot šminke, naročito pudera.

Dobila sam preporuku da pratim kako mi se lice ponaša i da li se crvenilo i tačkice smanjuju prvenstveno u predelu obraza, brade i vilice, kao i vrata i gornjeg dela tela.

Moram da priznam da je bilo izazovno pronaći dobru kozmetiku, jer efekte koje sam dobijala nakon nekoliko meseci upotrebe nisu mi mnogo pomogli, čak sam od nekih kozmetičkih preparata dobijala i dodatni svrab na zonama gde je bilo crvenilo.

Srećom, ko traži, taj i nađe, pa se tako u mom toaletnom ormariću našla Royal balm prirodna kozmetika za negu licu koja je na mom licu napravila veeeliki pomak na bolje za samo 3 nedelje redovne upotrebe.



Uz četiri kozmetička proizvoda ove lekovite kozmetike, vidno sam primetila promenu na licu, koju sam čekala skoro 3 godine pokušavajući da sebi pomognem u borbi sa aknama.

Za svoju mešovitu kožu, koja zahteva poseban tretman, umesto nekadašnje tri faze svakodnevne nege uvela sam 4 fazu, a pogledajte kako to praktično izgleda:

Prva faza – UMIVANJE I PRIPREMA

Na samom početku, želela bih da istaknem, da je za početak svake nege lica (naročito ako postoji neki problem) potreban kontinuitet, doslednost i istrajnost u korišćenju kozmetike koja se koristi.

Ništa se ne dešava preko noći, zar ne?

Iako će vam možda neko ko vas nije video neko vreme reći: "Pa baš si se prolepšala", samo vi znate da to prolepšavanje nije moglo da se desi za dan-dva.

Zato se naoružajte strpljenjem, doslednošću i uživajte u nezi svoga lica bez obzira na sve probleme koje

imate sa kožom.

Kao što sam već navela, prva faza je čišćenje lica. Taj proces možete započeti tako što ćete napariti lice, ako imate vremena ili se jednostavno umite mlakom vodom.

U mom slušaju, ja za čišćenje koristim penušavi blagi gel za masnu i mešovitu kožu koji mi pomaže da površinski očistim kožu. Pomaže mi i u kontroli lučenja viška sebuma.

Prema mom iskustvu, što blaži gel, to bolje, jer tako ne isušujete svoju kožu, na nju ne delujete agresivno i lepo je pripremate za narednu fazu.

Druga faza – ČIŠĆENJE LICA

Nakon što sam pripremila lice za dalju negu i očistila je gelom, kako bih odstranila dodatne nečistoće sa lica, na tupfer nanosim [Royal Balm prirodni tonik za masnu i mešovitu kožu](#).

Njime uklanjam dodatnu nečistoću sa lica, a on je još jedan u nizu kozmetičkih proizvoda koji mi pomaže da regulišem višak seuma na koži.



On je matirajući, bezalkoholni tonik, koji je uz pomoć blagotvornog dejstva pre svega matičnjaka i hajdučke trave vremenom ublažio moje crvenilo i doveo do toga da mi koža ponovo bude hidrirana i gлатка.

Korišćenje tonika za lice praktikujem da koristim u večernjoj rutini, dok ujutru na lice nanosim [Royal Balm ružinu vodu](#) koju jednostavno naprskam na celo lice i sačekam nekoliko minuta da se lepo upije.

Ona ima antiinflamatorna svojstva, pa mi ublažava crvenilo kože i smiruje iritacije. Odlična je za kožu koja će uskoro ući u svoju zrelu fazu, kako bi duže izgledala jedro.

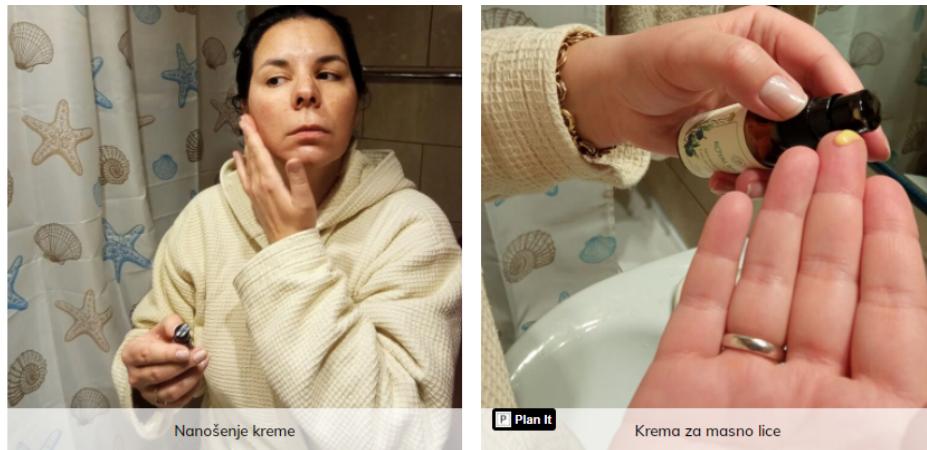
Treća faza – HRANJENJE KOŽE LICA

Zbog povećanog lučenja seuma, naročito na T-zoni, [prirodna krema za masnu kožu](#) mi je pomogla da smanjam prekomernu masnoću.

Njome sam ublažila sjaj u centralnom delu lica, a umanjila perutanje na obrazima, na regijama koje su bile crvene i povremeno upaljene.

U tome su mi pomogla prirodna ulja lešnika, za umirivanje kože tu je naravno ulje lavande, a celom procesu opravka i hranjenja moje kože pomogli su i ostalo lekovito bilje poput kleke, žalfije i ruzmarina.





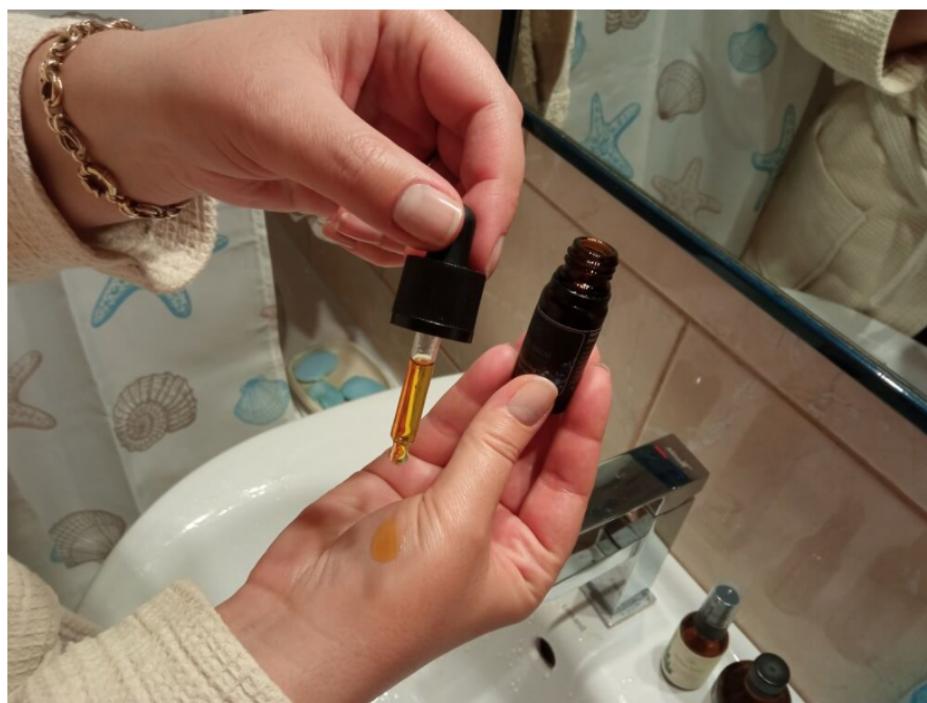
Četvrta faza – DODATNA NEGA LICA

Ova faza dodatne nege lica u mojoj rutini nije svakodnevna, ali je najmanje 3 puta nedeljno. Ona se sastoji iz nanošenja **seruma za lice**, u mom slučaju za masnu i mešovitu kožu.

Ako možda ne znate, serum za lice je kozmetički proizvod lagane formulacije koji se razlikuje od klasičnih hidratantnih krema za lice i najčešće se koristi za dodatnu, intenzivniju negu lica.

Sadrži aktivne sastojke u visokim koncentracijama i koristi se kada želimo da se dodatno posvetimo nezi kože, a u mom slučaju to je bilo neophodno.

Serum za lice vam može pomoći u borbi protiv bora, dodatnoj hidrataciji lica, hiperpigmentaciji, u vraćanju prirodnog balansa kože...



Na mom primeru serum za lice mi je pomogao u lečenju akni i crvenila kao i intenzivnijoj nezi mešovite kože.

Nanosim ga najčešće uveče u tankom sloju na predelu lica i vrata tako što blago utrljam nekoliko kapljica ulja pokretima za masažu lica.





Ovo su 4 faze koje su postale moja dnevna i nedeljna rutina u nezi kože, a ono što bih želela da napomenem je da sam piling lica promenila sa jednom u 10 dana na jednom u dve nedelje kako bih manje iritirala kožu, a ipak joj pomogla da odstrani mrtve ćelije.

Takođe, prestala sam da koristim sapune, već samo koristim blagi gel za umivanje.

Do sada je ovo najbolje moguće stanje moje kože shodno zdravlju mog tela i načinu života.

Uz balansiranu ishranu, lekovitu kozmetiku i redovno kontrolisanje hormona moja koža je u vidno boljem stranju.

Povremene bubuljice na vratu su pojava koja brzo prolazi, a crvenilo, tačkice i svrab su gotovo isčezli.

└ Iskustva

| ↻

└ Iskustva - Royal Balm

└ Zašto ne želite alkohol u svojoj prirodnoj kozmetici



Autor: Marija Trifunović

Strastveni ljubitelj pisanja, čitanja, dobre kafe i crne čokolade. Pasionirani pratilac svojih ideja. Uživalac u mirisu lavande, dugim šetnjama i inspirativnim razgovorima.

Ostavite komentar

Ime *

E-mail *

Web sajt

Ostavite komentar

Kontakt

ZLATIBORSKA 10

11000 Beograd

Srbija

+381 64 121 40 34

info@royalbalm.com

Made with love 2013 Royal Balm All Rights Reserved.