

Jakie stosować zioła na trądzik?

25 czerwca 2018

Wszelkie zmiany hormonalne, stres oraz nieprawidłowa dieta są czynnikami wpływającymi na zmianę jakości naszej cery. Zarówno młodzież jak i dorośli, a także osoby starsze, niejednokrotnie walczą z uciążliwym problemem w postaci trądziku.



Trudno uzyskać jedną odpowiedź jak walczyć z trądzikiem, odpowiedzi jest bowiem wiele, natomiast poczytać o ziołach jest zawsze dobrze, bo zioła to alternatywna pomoc w walce z trądzikiem.

Trądzik jest bardzo powszechną chorobą skóry, w której występują wągry, zaskórniki, pryszcze oraz cysty. Jest on wywołany przez zakłócenia gospodarki hormonalnej, które powodują zwiększenie ilości gruczołów łojowych. Gruczoły te wytwarzają oleistą substancję zwaną łojem.

Złogi utworzone z łoju, martwych komórek skóry i bakterii zatykają pory w skórze, co wywołuje jedną z powszechnie znanych odmian trądziku pospolitego.

Skuteczne zioła na trądzik

Trądzik niejednokrotnie przekreśla nasze marzenia o pięknej i nieskazitelnej cerze. Cera trądzikowa jest niezwykle wymagająca. Potrzebuje ona nie tylko kompleksowej pielęgnacji, ale również wsparcia ze strony ziół. Zioła na trądzik skutecznie wspomagają proces pozbycia się niedoskonałości skórnych wywołanych trądzikiem. Do tych ziół możemy zaliczyć zioła na trądzik, które regulują krążenie krwi, odbudowują naskórek, a także oczyszczają organizm z toksyn.

W walce z dolegliwościami cery trądzikowej, pomoc mogą nam zioła na trądzik, wykorzystywane w formie naparów, herbat, toników, kompresów, maści, olejków i parówek ziołowych. Nawet kosmetyki czasami zbyt nie działają, wtedy warto pomyśleć o alternatywnych sposobach na trądzik.

Oczyszczające i przeciwzapalne zioła na trądzik

Ziele fiołka trójbarwnego to zioło nie tylko na trądzik, ale przede wszystkim ziołowy sposób na piękną cerę. Posiada działanie oczyszczające, dzięki któremu usuwa toksyny z organizmu oczyszczając krew. W składzie zioła bratka możemy znaleźć liczne pokłady flawonoidów, soli mineralnych, olejków eterycznych, saponin, garbników. Działając moczopędnie wspomaga, także procesy odchudzania. Zapobiega chorobie nerek i leczy z zapaleniem pęcherza moczowego. Stosowany jest w postaci zaparzonych herbat, które powinny być spożywane do trzech razy dziennie. Napary są sporządzane z liści, jak i z kwiatów bratka. Z powyższego zioła na trądzik można przygotowywać parówki na twarz lub kompresy, które należy przykładać do twarzy na około 15 minut. W tym celu istotne jest przygotowanie gorącego wywaru z bratka, a następnie umieszczenie nad miską twarzy przykrytej od tyłu ręcznikiem. Zabieg powyższy nie jest zalecany w przypadku cery naczyniowej. Parówki tak wykonane działają oczyszczająco przez uszczelnienie zablokowanych porów skóry z zanieczyszczeń oraz

nawilżają skórę twarzy. Takie zewnętrzne nawilżenia są praktykowane w pielęgnacji twarzy Koreanek, które w celu zachowania jej gładkości i nieskazitelności, stosują wszechstronne ziołowe nawilżacze twarzy. Zioło na trądzik w postaci bratka może być również stosowany jako tonik do przemywania twarzy. W początkowej fazie stosowania zioła na trądzik, którym jest bratek, można zauważyć nasilenie w występowaniu wyprysków oraz pryszczy. Jest to spowodowane czynnym oczyszczaniem krwi z toksyn, które utrzymuje się do dwóch tygodni. Poprawę wyglądu skóry można dostrzec po miesięcznej kuracji przy tym ziele.

Zioła bratka skutecznie zmniejsza obrzęki oczu, eliminując powstałe cienie pod oczami. Zioło skutecznie leczy, także podrażnienia skóry wynikające z przemian metabolicznych do których możemy zaliczyć łojotok, wypryski, egzemę, liszaj.

Kwiat nagietka to zioło na trądzik posiadające właściwości przeciwzapalne, które sukcesywnie redukuje stany zapalne skóry, przyspieszając ich gojenie. W tych celach zioło na trądzik, czyli kwiat nagietka stosowany jest zewnętrznie jako tonik do skóry. Warto nim przemywać skórę tłustą lub mieszana dotkniętą trądzikiem. Jego regularne stosowanie zapewnia nam dezynfekcję skóry tego typu oraz działa na nią przeciwzapalnie i ściągająco. Tonik może być przygotowany z naparu nagietkowego. Kwiat nagietka może być umieszczany bezpośrednio na zmiany trądzikowe w formie maści nagietkowej, która nawilża i zmiękcza naskórek. Doskonale regeneruje skórę zapobiegając jego łuszczeniu. Ma uniwersalne zastosowanie na problemy skórne, takie jak wszelkie podrażnienia, egzema, odparzenia, wysypki i trądzik. Spłyca blizny i redukuje rozstępy. Może być stosowany do przygotowywania parówek nagietkowych, które skutecznie zwalczają niedoskonałości skóry w postaci zaskórników.

Kwiat bzu czarnego ma szerokie działanie przeciwzapalne. Kwiat czarnego bzu to zioło na trądzik, które doskonale radzi sobie z problemami cery trądzikowej. W swoim działaniu łagodzi

podrażnienia i różne stany zapalne skóry. Powyższe Zioło na trądzik poprawia drenaż limfatyczny skóry, dostarczając jej spore ilości tlenu. Napary sporządzone z kwiatów czarnego bzu służą do dokładnego oczyszczenia skóry z trądzikiem. Mają właściwości antybakteryjne, przez co dokładnie dezynfekują skórę. Działają ściągająco i zmniejszają ilość wykwitów i zaskórników na twarzy. Zioła na trądzik w postaci kwiatu czarnego bzu, stosuje się do picia jako herbatę lub bezpośrednio na skórę. Intensywne działanie posiadają maseczki, które sporządzane są ze sproszkowanych kwiatów bzu czarnego. Zmielone w młynku zioło na trądzik łączymy z wodą przegotowaną lub wodą różaną, do uzyskania gęstej, papkowatej konsystencji. Nakładamy na twarz, po czym przykrywamy ligniną na 20 minut.

Korzeń łopianu charakteryzuje się działaniem wzmacniającym, moczopędnym, przeciwbakteryjnym. Intensywnie oczyszcza ciało usuwając produkty przemiany materii. Zioło ma działanie napotne, przez co wspomaga wydzielanie potu. Jest to zioło na trądzik leczące także łojotok, łuszczyce, zaburzenia metaboliczne. Wzmacnia strukturę skóry odżywiając ją. Korzeń łopianu posiada najsilniejsze właściwości lecznicze.

Może być stosowany zewnętrznie jak i wewnętrznie. Trądzik jest leczony przez kąpiele i kąprysy nasączone wywarem z korzenia łopianu. Zioło korzystnie wpływa na włosy. Zapobiega łamliwości włosów. Zwalcza łupież oraz przywraca mi witalność i połysk.

Warto raz dziennie stosować napar z łopianu i skrzypu aby pomógł.

Skrzyp jest odpowiedzialny za odtrucie organizmu ze szkodliwych substancji. Pomaga przy zapaleniu dróg moczowych, leczeniu cukrzycy jako środek wspomagający przy pielęgnacji włosów. Zioło na trądzik w postaci skrzypu, leczy podrażnienia skóry zapobiegając powstawaniu cyst trądzikowych.

Aloes ma działanie przeciwzapalne, bakteriobójcze i grzybobójcze, co znacznie wstrzymuje rozwój bakterii powodujących trądzik. Sok z Aloesu może być stosowany jako tonik lub maseczka. Zastosowany odżywia skórę oraz goi rany zadrapania i stany zapalne po trądziku. Sok aloesu można uzyskać ścinając liść aloesu, który można śmiało przykładąć do miejsc chorobowo zmienionych. Wystarczy dwa razy dziennie smarować miejsce ze zmianami trądzikowymi, by skutecznie pozbyć się wykwitów. Aloes zmniejsza widoczność rozszerzonych porów, blizn oraz rozstępów. Sok z aloesu można pić, wówczas działa przeciwtrądzikowi od wewnątrz organizmu.

Balsam cytrynowy ma działanie przeciwzapalne i przeciwbakteryjne, które są pomocne w usunięciu zaskórników. Dzięki swojej zasadowej kwasności sok z cytryny może zapewnić nam prawidłowe pH dla skóry. Obniżenie pH skóry stwarza środowisko nieprzyjazne dla rozwoju bakterii. Rozjaśniająca moc cytryny sprzyja usunięciu przebarwień po trądzikowych, blizn i plam. Sok z cytryny może być dodawany do gotowych masek. Maseczka może być sporządzona, również domowym sposobem, dodając kilka kropli cytryny do miodu, który ma właściwości antybakteryjne zapobiegające trądzikowi. Na trądzik sprawdza się również działanie toniku z cytryny, który jest bogaty w witaminę C. Jest doskonałym sposobem na wągry i zaskórniki. Tonik sporządza się z dwóch łyżek soku cytryny połączonej z wodą mineralną lub przegotowaną.

Lawenda to zioło na trądzik, które pozwala na szybką rekonstrukcję naskórka przez gojenie ran po trądzikowym wysypie. Lawenda ma działanie antyseptyczne i przeciwgrzybicze. Rozcieńczony z wodą olejek lawendowy doskonale tonizuje skórę twarzy oczyszczając ją.

Owoc jałowca ma właściwości bakteriobójcze, które wykazują się skutecznością w zewnętrznym używaniu przy leczeniu ropnych zmian trądzikowych także czyraków. Dzięki obecności olejków eterycznych, jest ziołem na trądzik posiadającym cechy rozgrzewające, które wspomagają przekrwienie skóry. Działa

także ujędrniająco na skórę zwiększając jej elastyczność. Jałowiec jako zioło na trądzik, odtruwa i ściąga rozszerzone pory. Jest dostępny w formie olejków i maści. Olejek z jałowca warto stosować w pielęgnacji skóry tłustej i trądzikowej. Działa on bakteriobójczo, szczególnie w miejscach narażonych na występowanie silnego trądziku i wągrów. Powinien być aplikowany bezpośrednio na krostę, za pomocą patyczka kosmetycznego. Kilka kropli olejku może być dodawanych, także do kremów na trądzik, które stosujemy w dzień. Dodany do kremu, olejek staje się produktem rozcieńczonym, co ma istotny wpływ na uniknięcie zatkania nim porów skóry. W formie naparów może służyć do przemywania twarzy.

Biała kora brzozy odkaża skórę i oczyszcza ją z wyprysków. Wspomaga regenerację naskórka. Ma działanie moczopędne. W skład kory brzozy wchodzi betulina wspomagająca leczenie ostrych stanów zapalnych skóry. Po zaparzeniu kory brzozy napar może być stosowany do przemywania twarzy. Wówczas zioło na trądzik w postaci wywaru z kory, działa wysuszająco i ściągająco na defekty wywołane trądzikiem.

Zioła na trądzik różowaty

Trądzik różowaty jest to choroba skóry twarzy, którą charakteryzuje obrzęk i zapalenie skóry. Na skórze często mamy do czynienia z powstawaniem małych pęcherzyków oraz skupisk naczyń krwionośnych, tuż pod powierzchnią skóry. Dolegliwość najczęściej występuje u kobiet po trzydziestym roku życia.

Z reguły ten typ trądziku nie jest wywołany przez bakterie. Jego stan może zostać zaostrzony przez spożywanie gorących i pikantnych potraw, które mogą powodować zaczerwienienie twarzy, także alkohol, kofeiny i inne substancje rozszerzające naczynia krwionośne. Leczenie trądziku różowatego polega na unikaniu czynników odpowiedzialnych za jego powstanie.

Zioła na trądzik mogą złagodzić uporczywe i nieprzyjemne objawy towarzyszące trądzikowi różowatemu. Zioła na trądzik

takie jak zielona herbata, selen, dzika róża, czerwona koniczyzna, wzmacniają naczynia krwionośne oraz zmniejszają intensywność rumienia. Lukrecja poprawia i wyrównuje kolorystykę skóry.

Zbiór witamin korzystnie likwidujących trądzik

Przy ziołoterapii warto korzystać z odpowiednio dobranej diety wspomagającej walkę z trądzikiem. Decydujące znaczenie na wygląd naszej skóry mają składniki i witaminy odżywcze, które jej dostarczamy. Nasza dieta powinna być urozmaicona o zwiększone spożycie produktów zawierających witaminę C i E, które posiadają działanie przeciwbakteryjne uniemożliwiające rozwój bakterii tworzących skazy trądzikowe. Istotnym minerałem jest także cynk, gdyż zmiany trądzikowe powstają w skutek jego niedoboru w organizmie. Witamina B 3 jest skutecznym pogromcą wyprysków i wykwitów gruczołów łojowych. Jest niezwykle skuteczna w terapii trądziku różowatego. Zwiększa ona ochronę skóry, poprawiając jej nawilżenie i łagodząc podrażnienia. Luty jak i wszystkie miesiące jesien-wiosna, to dobry okres na zbieranie ziół.

Zdjęcie: [Kjerstin_Michaela](#) (CC0)

Źródło: [Ziola-Na.net](#)