Миллионы мужчин и женщин по всему миру в какой–то момент своей жизни сталкиваются с прыщами от бритья. Данная статья расскажет о том, почему возникают прыщи на лице после бритья, что такое вросшие волосы и как от них избавиться.

## Причины возникновения прыщей после бритья

Контактный дерматит, научное название раздражения кожи, вызванного аллергической реакцией (например, на аромат, который не соответствует типу кожи) или внешним воздействием чего-то острого (например, бритвы). Он является болезненным, но предотвратимым состоянием кожи.

Такой дерматит может быть вызван чем угодно - от тупого лезвия бритвы до температуры воды ниже оптимальной и даже употреблением неподходящих продуктов для конкретных кожных заболеваний.

Раздражение может привести ко всему, начиная от фолликулита (научный термин для волосяного фолликула, который воспаляется и выглядит как шишка), заканчивая вросшими волосами или прыщами после бритья.

Несмотря на то, что мужчины с вьющимися волосами больше всего борются с вросшими волосами, которые могут выглядеть как прыщи при бритье, эта проблема с кожей может случиться с любым парнем или девушкой.

Подростковые прыщи также распространены, что усугубляется бритьем поверх них.

Шишки от бритвы легко спутать с прыщами. И то, и другое может проявляться в виде красных болезненных шишек. Они возникают по двум разным причинам:

1. Шишки от Бритвы. Когда волосы срезаются и снова врастают в кожу, это может привести к вросшим волосам. Эти вросшие волосы могут раздражать волосяной фолликул и приводить к покраснению и отеку.
2. Угревая сыпь. Прыщи возникают, когда поры забиваются жиром и омертвевшими клетками кожи. В то время как угри легко распознать и устранить, настоящая проблема заключается в том, что прыщи воспаляются.

Бритье может вызвать появление прыщей несколькими способами:

1. Грязные / старые бритвенные лезвия. Такие лезвия могут содержать бактерии, которые проникают в кожу во время бритья. Обязательно меняйте бритву каждые 5 — 10 раз.
2. Средства для бритья. Некоторые кремы и гели для бритья могут раздражать кожу, вызывая отек и воспаление, которые превращаются в прыщи. Ищите средства по уходу за кожей не содержащие ароматизаторов и красителей.
3. Горячая вода. После бритья, необходимо закрыть поры, чтобы предотвратить попадание грязи и мусора внутрь. Следует умываться холодной, а не горячей водой.

## Вросшие волосы как эпицентр прыщей

Иногда омертвевшая кожа может закупорить волосяной фолликул. Это заставляет волосы расти вбок под кожей, а не вверх и наружу. Когда волосы врастают в кожу, тело считает их инородным предметом, вызывая покраснение и воспаление. Некоторые вросшие волосы также могут вызвать инфекцию или превратиться в заполненные гноем пустулы, похожие на прыщи.

### Типы вросших волос

Существует три типа вросших волос:

1. Волос, который растет правильно, но затем отрастает сам по себе, а кончик волоса врастает обратно в кожу.
2. Волос, который не может вырасти из отверстия фолликула и вместо этого растет в сторону, в кожу.
3. Волос, который растет правильно, но попадает в ловушку из-за скопления грязи, мусора или омертвевших клеток кожи перед выходом из отверстия фолликула, в результате чего он застревает и продолжает расти в самом фолликуле.

Как правило, первый тип, который вырастает сам по себе, легко поддается лечению в домашних условиях и менее подвержен риску заражения. Последние два типа с большей вероятностью вызывают воспаление, инфекцию, гиперпигментацию и келоидные рубцы.

### Как избавиться от вросших волос

Соблюдая несколько правил, можно предотвратить появление вросших волос.

1. Протирайте лицо круговыми движениями каждый день, используя влажную мочалку или отшелушивающий скраб.
2. Брейтесь острой бритвой с одним лезвием.
3. Перед бритьем смочите кожу теплой водой и используйте смазывающий гель.
4. Брейтесь в том же направлении, в котором растут волосы.
5. Используйте как можно меньше взмахов бритвы.
6. Постоянно промывайте лезвие водой.
7. Не брейтесь слишком близко к коже.
8. При использовании электробритвы, держите ее немного над поверхностью кожи.

Если они все же появились, их можно удалить как в домашних условиях, так и в салоне.

#### Удаление вросших волос самостоятельно в домашних условиях

При выполнении нескольких шагов лечение вросших волос в домашних условиях будет безопасным и простым. Тем не менее, если область заражена, необходимо обратиться к врачу.

Инфицированный вросший волос будет красным и постепенно увеличиваться в размерах, в то время как нормальный вросший волос выглядит как твердый круглый бугорок, который может быть чувствительным на ощупь.

Вот четыре способа лечения вросших волос в домашних условиях, по мнению дерматологов.

1. Нанесите местный крем от прыщей.

Для быстрой и безболезненной процедуры можете нанести крем от прыщей местного действия, например, для лечения прыщей без рецепта, на раздражающие поры и фолликулы.

Ищите такие ингредиенты, как перекись бензоила и салициловая кислота.

1. Попробуйте пропитать кожу маслом чайного дерева.

Масло чайного дерева - это натуральное масло, обладающее антибактериальными, антисептическими и противовоспалительными свойствами.

Чтобы лечить вросшие волосы лучше всего смочить мочалку маслом чайного дерева, разбавленным теплой водой, и положить ее на пораженный участок, как компресс. Чтобы сделать пропитку маслом чайного дерева, смешайте 10 капель масла чайного дерева с 4-6 унциями воды.

Это поможет открыть пору, разрыхлить мусор, попавший в пору, и уменьшить воспаление.

1. Удалите вросшие волосы с помощью маленькой иглы и пинцета.

Цель удаления вросшего волоса с помощью маленькой иглы и пинцета состоит в том, чтобы немного повредить поверхность поры, в которой находится волосяной фолликул и вытащить его.

Соблюдайте эту последовательность:

1. Простерилизуйте иглу и пинцет антисептиком, таким как антимикробное мыло или антибактериальный раствор.
2. Проколите слой кожи маленькой иглой.
3. Подойдите к волосам сбоку.
4. Удалите вросшие волосы пинцетом с тонким наконечником.
5. Снова промойте иглу и пинцет антисептиком.

#### Удаление вросших волос в салоне

Лазерная эпиляция на самом деле является отличным методом лечения вросших волос. С помощью нее можно навсегда избавиться не только от вросших волос, но и от всех волос на теле.

Такие услуги предлагают салоны красоты или специальные организации.

## Нежелательные последствия частого бритья

Частое бритье может вызывать несколько проблем:

1. При использовании средств для бритья низкого качества кожа станет более сухой.
2. Первые несколько дней/недель частого бритья вызовут раздражение.
3. Использование кремов для бритья, как правило, нарушает “гармонию” кожи и, следовательно, может привести к ее повреждению.

### Сухость и раздражение

Частое бритье может привести к сухости и раздражению из-за постоянного использования бритв и продуктов для бритья. Используйте увлажняющее средство до и после бритья, чтобы освежить кожу и сохранить ее гладкой и здоровой. Также стоит еженедельно проводить отшелушивание, чтобы удалить все омертвевшие клетки с поверхности кожи.

### Псевдофолликулит из-за вросших в кожу волосков

Псевдофолликулит - хроническое воспалительное заболевание кожи, вызванное вросшими волосами.

Псевдофолликулит обычно развивается в области бороды. Он может возникать у всех полов и в любой области, где растут густые или грубые волосы.

Симптомы включают:

* красные, воспаленные бугорки (называемые папулами), которые могут быть болезненными;
* пустулы (воспаленные бугорки с белой или желтой "головкой", заполненной гноем).

Эти симптомы развиваются или ухудшаются в течение дня или двух после бритья.

При инфицировании фолликула могут развиться более серьезные воспаленные поражения кожи, такие как узелки и абсцессы. Золотистый стафилококк является наиболее распространенным виновником.

Псевдофолликулит также вызывает потемнение кожи в пораженных участках, состояние, называемое поствоспалительной гиперпигментацией. Гипертрофические (приподнятые рубцы) или келоидные рубцы также могут развиться у людей, склонных к ним.

#### Белые прыщи после бритья

Это похоже на ожог от бритвы, иногда называемый шишками от бритвы, которые часто имеют белый цвет. Если они не болезненны и проходят сами по себе, шишки вряд ли будут инфицированы.

Если они болезненны или наполнены жидкостью, то, скорее всего, это фолликулит.

Избегайте бритья или восковой эпиляции вблизи чувствительных зон из-за потенциальной инфекции или химических ожогов. Лучше просто подстричь волосы с помощью триммера или ножниц для стрижки волос.

#### Гнойники после бритья

Наиболее распространенная форма фолликулита – это бактериальный. Он вызывает зудящие белые бугорки, наполненные гноем. Им можно заразиться через порез, остающийся после бритья. Внутрь пореза попадают бактерии (обычно золотистый стафилококк, также называемый стафилококком), которые, в последствие, и вызывают фолликулит.

Чтобы снизить шансы заболеть фолликулитом, лучше всего прекратить бриться как минимум на 3 месяца, но для многих людей это не годится. Кроме этого, можно попробовать электрическую бритву, средства для быстрого удаления волос (депиляторы) или другие способы.

## Методы борьбы с раздражением и прыщами после бритья

Вот несколько советов, которые могут помочь найти решение этой проблемы.

### На лице и шее

Для зоны декольте, шеи и лица предпочтительнее выбирать кокосовое масло.

Кокосовое масло обладает противовоспалительными и антисептическими свойствами. Исследования показали, что его применение является безопасной и эффективной терапией для снятия раздражения.

Чтобы обработать ожог от бритвы, нанесите тонкий слой органического кокосового масла на воспаленную область.

Также отлично подойдет гамамелис. Он обладает вяжущим и противовоспалительным действием, отчасти благодаря содержанию в нем танина. Он используется как естественное средство для:

* успокоения ожогов;
* снятия боли;
* лечения незначительного раздражения кожи.

Нанесите гамамелис на ожог от бритвы с помощью ватного диска.

### На ногах

Кожа на ногах не такая чувствительная как на других частях тела, но прыщи и раздражение все равно не обходят ее стороной. Масло сладкого миндаля – это эффективное смягчающее средство и отличный натуральный увлажняющий крем.

Попробуйте нанести масло сладкого миндаля на кожу после бритья. Также можно нанести его непосредственно на воспаленную кожу по мере необходимости.

Другим вариантом может быть коллоидная овсяная мука. Она производится путем измельчения овса в мелкий порошок.

Овес содержит фенолы, обладающие антиоксидантными и противовоспалительными свойствами. Коллоидная овсянка может помочь успокоить, очистить и увлажнить кожу.

Для облегчения ожогов от бритвы, один раз в день погружайтесь в ванну с коллоидной овсянкой на 10-15 минут.

### В зонах подмышек

Алоэ вера известно тем, что успокаивает и заживляет ожоги и прыщи.

Для лечения раздражения и прыщей от бритвы в зонах подмышек наносите гель алое вера тонким слоем в течении 2-3 дней.

Крем с календулой может быть альтернативным решением. Это растительное лекарственное средство, изготовленное из цветков календулы. Оно используется для уменьшения воспаления, заживления сыпи и ран.

Наносите крем с календулой тонким слоем на пораженный участок один или два раза в день.

### В интимных местах

Интимные места считаются самыми чувствительными к раздражению. Масло чайного дерева обладает противовоспалительными и противомикробными свойствами, которые успокоят кожу в этой области. Он используется как естественное средство для заживления мелких ран и прыщей.

Масло чайного дерева не следует использовать неразбавленным. Смешайте его с маслом-носителем, таким как масло сладкого миндаля или кокосовое масло. Используйте от 1 до 3 капель масла чайного дерева на 1 чайную ложку масла-носителя.

Однако, даже разбавленное масло может вызвать аллергическую реакцию. Промокните в нем ватный диск и приложите к коже на несколько секунд, чтобы определить наличие аллергии.

## Как бриться правильно

Вот несколько советов, которые помогут предотвратить раздражение:

1. Выделите достаточно времени, чтобы вас не торопили.
2. Перед бритьем намажьте кожу кремом для бритья.
3. Брейтесь под теплым душем или в ванне, чтобы смягчить волосы.
4. Используйте отшелушивающие средства перед бритьем.
5. Придерживайтесь коротких, легких штрихов.
6. Брейте в том же направлении, в котором растут волосы.
7. Не проходите по одной и той же местности более одного раза.
8. Регулярно промывайте лезвие.
9. Хорошо промойте побритую область.
10. Не брейтесь каждый день.
11. Не пользуйтесь старыми бритвами. Переключайтесь на новое лезвие каждые 5-7 раз.
12. Держите бритву в чистоте. Храните в сухом месте.
13. Держите кожу увлажненной во время бритья.

Помимо самого бритья, избегайте ношения облегающей одежды или раздражающих тканей вблизи свежевыбритых участков. Это может помочь предотвратить раздражение кожи.

## Уход после бритья

Средства для ухода за кожей после бритья бывают трех типов: комбинированные, гели и бальзамы. Давайте рассмотрим их более подробно.

### Комбинированные косметические средства

К ним относятся лосьоны, имеющие как кремовую, так и жидкую консистенцию. Обычно они не содержат в составе алкоголь.

Лосьон помогает сохранить кожу влажной, мягкой и гладкой, уменьшая сухость.

### Очищающие гели

Они не содержат масел, поэтому не помогает удерживать влагу. Однако, гели имеют свойства глубоко очищать, успокаивать и освежать кожу.

### Успокаивающие бальзамы после бритья

Бальзам имеет густую и полутвердую консистенцию, похожую на лосьон, что делает нанесение удобным.

Он увлажняет и придает здоровый блеск раздраженной и поврежденной коже. Бальзам также может помочь уменьшить ожоги от бритвы. В качестве дополнительного преимущества можете использовать бальзам после бритья, чтобы успокоить и заживить загорелую кожу.

Бальзам подходит для всех типов кожи, но идеально подходит для чувствительной кожи из-за минимального содержания алкоголя или отсутствия аромата.

## Прыщики после бритья: профилактика

Лучший способ избавиться от прыщей – предотвратить их появление. Вот несколько необходимых мер профилактики:

1. Установите надлежащий режим ухода за кожей. Правильная очистка, отшелушивание и увлажнение необходимы для достижения наилучшего бритья без прыщей. Выберите набор для ухода за мужской кожей, не содержащие синтетических отдушек и красителей, чтобы избежать раздражения.
2. Выберите правильные инструменты. Лучший способ избежать прыщей - это вообще не бриться. Если необходимо побриться, выбирайте бритву с одним лезвием вместо бритвы с несколькими лезвиями.
3. Регулярно заменяйте лезвия. Использование тупых или старых лезвий наносит ущерб коже.
4. Вымойте бритву как следует. Ополаскивайте бритву после каждого бритья, чтобы удалить мусор и обеспечить чистое бритье. После того, как вы закончите, промойте лезвие горячей водой, чтобы простерилизовать его.
5. Используйте масло перед бритьем.

## После бритья появляются прыщи: когда стоит обратиться к врачу

Обычно прыщи после бритья проходят и без посещения врача. Однако, если каждое бритье стало причиной возникновения прыщей и избавиться в домашних условиях от них невозможно, то однозначно стоит обратиться к врачу.