

# Jerawat di usia dewasa

## Judul:

1. Punya Permasalahan Jerawat di Usia Dewasa? Ini Cara Mengatasinya!
2. Solusi Praktis untuk Mengatasi Problema Jerawat di Usia Dewasa
3. Masih Mengalami Jerawat di Usia Dewasa? Ini Solusinya!

Permasalahan jerawat memang dapat menyerang siapa saja, baik remaja maupun orang dewasa. Tak hanya disebabkan oleh kuman dan bakteri, hormon yang memicu timbulnya minyak berlebih juga menjadi penyebab seseorang menderita masalah jerawat. Untuk mengetahui problema jerawat di usia dewasa, simak ulasan berikut ini!

## Masih memiliki masalah jerawat di akhir usia 20-an?

Pada dasarnya, jerawat yang diderita oleh remaja maupun orang dewasa memiliki penyebab yang sama, yakni kelebihan minyak dan bakteri. Dengan adanya perubahan dalam hormon (termasuk yang disebabkan karena kehamilan atau menstruasi) hal tersebut bisa memicu timbulnya minyak berlebih.

Selain itu, wanita perokok aktif juga rentan terhadap serangan jerawat. Sementara anak-anak yang orangtuanya memiliki riwayat jerawat dewasa beresiko lebih tinggi menderita masalah yang sama.

## Sering mencuci muka tapi komedo tetap bersarang di wajah?

Mungkin banyak dari kita belum tahu jika mencuci muka tak bisa menghilangkan komedo yang tengah bersarang di wajah. Hal ini sebenarnya disebabkan karena komedo terbentuk di bawah permukaan kulit. Penyebabnya adalah sebum yang bereaksi dengan udara di bagian pori-pori yang tersumbat.

Untuk meminimalisir terbentuknya komedo atau jerawat, anda bisa melakukan *double* cleansing pada malam hari. Ingat pula untuk memakai sabun muka bertekstur lembut serta air hangat (bukan air panas). Selain itu, jangan menggosok kulit terlalu keras, karena hal ini dapat memperparah jerawat yang diderita.

## Bisakah riasan atau makeup menjadi penyebab jerawat?

Ya! Apapun yang anda aplikasikan pada wajah dapat menjadi potensi besar dalam menyumbat pori-pori. Itulah mengapa, gunakan riasan bebas minyak, *sunscreen*, serta produk perawatan kulit lainnya.

Selain itu, memakai kosmetik bubuk juga lebih baik daripada foundation. Jika tetap merasa perlu menggunakan foundation, beberapa dermatolog menyarankan untuk memakai foundation dengan kandungan dimethicone atau cyclomethicone.

## Apakah stres dalam pekerjaan dapat memicu timbulnya jerawat?

Stres yang diakibatkan karena pekerjaan tidak bisa dianggap sebagai pemicu utama terjadinya jerawat. Kebalikannya, permasalahan jerawat yang tengah dialami dapat meningkatkan tingkat stres yang anda derita.

Namun, pada banyak kasus, terjadinya stres juga bisa memperburuk kondisi jerawat. Oleh karena itu, untuk memperbaiki kondisi jerawat ada baiknya bila berlatih pernapasan atau meditasi agar perasaan stres dapat mereda.

**Bisakah seseorang terjebak dengan jerawat selamanya?**

Menurut penelitian, setelah usia 44 tahun jerawat akan menghilang dengan sendirinya. Sedangkan bagi sebagian wanita, jerawat berakhir ketika fase menopause terjadi.

Tapi untungnya, saat ini anda tak perlu menunggu sampai berusia 44 tahun untuk terbebas dari problema jerawat yang mengganggu. Karena sudah ada perawatan maupun obat jerawat yang bisa membantu memecahkan permasalahan anda.

**Keyword:**

- Jerawat di usia dewasa
- Penyebab jerawat di usia dewasa
- Mengatasi jerawat di usia dewasa

**Meta desc:**

Ada berbagai faktor yang bisa menjadi penyebab jerawat di usia dewasa. Apa sajakah itu? Simak ulasan berikut ini!

**Rujukan:**

<https://www.webmd.com/skin-problems-and-treatments/ss/slideshow-adult-acne>