Prolite – Siapa di sini yang pernah merasa kesel sama komedo? Yap, benjolan kecil yang suka muncul di pori-pori kulit, terutama di hidung atau di area sekitarnya. Nggak cuma bikin risih, komedo juga bisa jadi awal dari masalah jerawat yang lebih gede, loh.

Makanya, di artikel kali ini, kita bakal bahas serba-serbi seputar benjolan kecil ini. Jadi, siap-siap yaa buat dapetin tips-tips keren buat jaga kulit tetep bebas dari komedo yang bikin bete! Yuk, simak penjelasannya di bawah ini!

## 10 Penyebab Munculnya Komedo



*Ilustrasi wanita yang murung – Freepik*

1. **Minyak Berlebih dan Sel Kulit Mati**

Komedo itu sering banget muncul karena pori-pori kita disumbat sama minyak dan sel kulit mati. Jadi, kelenjar minyak di kulit kita bikin minyak (sebum), terus sel kulit mati juga numpuk. Nah, kalo dua-duanya nyumbat pori-pori, bakteri bisa berkembang biak.

Baca Juga:Sering Menolak Pujian dan Merasa Tak Pantas Berhasil? Bisa Jadi Ini Alasannya

2. **Hormon**

Ini dia, hormon bisa bikin masalah juga. Saat hormon testosteron naik, kelenjar minyak kita jadi kerja keras banget ngehasilin minyak. Nah, minyak yang berlebihan ini sama-samaan sama sel kulit mati jadi bikin pori-pori jadi makin sumpek, dan dia pun mulai bermunculan.

3. **Gen Bawaan**

Genetika kita bisa ngaruhin seberapa banyak minyak yang diproduksi sama kelenjar minyak di kulit. Jadi, kalo bokap atau nyokap punya riwayat komedo, kemungkinan kita juga bakal ngalamin hal yang sama.

4. **Stress Berat**

Stress emang bikin kita nggak enak, ya? Nah, ternyata stres juga bisa bikin makin parah masalah komedo. Saat kita stres, hormon testosteron naik, dan minyak di kulit juga jadi lebih banyak.

Baca Juga:HOTEL LUMENSA HADIR DI BANDUNG, MENAWARKAN PENGALAMAN

MENGINAP BARU DI KAWASAN CIHAMPELAS WALK

5. **Produk Kosmetik yang Kurang Cocok**

Penggunaan produk kosmetik yang nggak cocok atau yang bisa sumbat pori-pori juga bisa bikin makin parah masalah komedo. Jadi, hati-hati ya saat pilih produk kosmetik, pastikan cocok dengan jenis kulit kita.

6. **Makanan Gula dan Karbo**

Makanan manis dan karbohidrat olahan ternyata juga bisa bikin komedo muncul. Nggak hanya bikin gemuk, makanan kayak gini juga bisa bikin peradangan di kulit dan produksi minyak jadi lebih banyak.

7. **Kurang Tidur**

Kurang tidur juga ngaruh, lho! Saat kita kurang tidur, stres bisa naik, dan hormon testosteron juga jadi makin tinggi. Nah, ini bisa bikin produksi minyak di kulit lebih banyak, dan komedo pun makin bermunculan.

8. **Malas Bersih-bersih Wajah**

Jarang bersihin wajah juga bisa jadi penyebab. Kalo kita jarang cuci muka, minyak, kotoran, dan sel kulit mati bisa numpuk di kulit, bikin pori-pori jadi sumpek.

### Terpapar Sinar Matahari

Wah, paparan sinar matahari ternyata juga bisa bikin dia muncul, lho! Sinar UV bisa bikin produksi minyak di kulit meningkat, dan itu bisa bikin pori-pori sumpek dan dia pun muncul.

10. **Obat-obatan**

Beberapa obat, kayak pil KB atau steroid, juga bisa bikin komedo muncul. Jadi, kalo kamu lagi minum obat-obatan kayak gitu dan tiba-tiba muncul, mungkin itu efek samping dari obatnya.

9.

# Komedo Tak Kunjung Hilang? Ini Dia 10 Penyebab yang Mungkin Menjadi Dalangnya



Baca Selanjutnya
Pj Wali Kota Pastikan Malam Takbiran Idulfitri 1445H di Kota Bandung Aman, Tentram, dan Kondusif