Punya Leher Bergaris? Yuk, Temukan 7 Penyebabnya dan Solusinya!

Category: LifeStyle
15 Oktober 2024

Prolite – Garis-garis halus atau bahkan kerutan yang muncul di area leher seringkali menjadi perhatian utama bagi wanita. Selain menjadi tanda penuaan, leher bergaris juga dapat mengurangi rasa percaya diri.

Namun, tahukah kamu apa sebenarnya yang menyebabkan munculnya garis-garis ini? Mari kita bahas lebih dalam.

Mengapa Leher Bergaris Bisa Terjadi?

Ilustrasi leher bergaris – freepik

Munculnya garis-garis pada leher merupakan proses alami yang

dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Berikut adalah beberapa penyebab utama:

1. Penuaan Alami

Seiring bertambahnya usia, produksi kolagen dan elastin, dua protein penting yang menjaga kekencangan kulit, mengalami penurunan.

Hal ini menyebabkan kulit menjadi lebih tipis dan kehilangan elastisitasnya. Proses penuaan juga merusak jaringan kulit, termasuk hilangnya lemak subkutan yang berfungsi sebagai bantalan alami kulit.

2. Paparan Sinar Matahari

Sinar UV dalam sinar matahari menghasilkan radikal bebas yang merusak kolagen dan elastin, mempercepat proses penuaan kulit.

Paparan sinar matahari dalam jangka waktu lama menyebabkan kondisi yang disebut fotoaging, ditandai dengan munculnya kerutan, garis-garis halus, dan perubahan warna kulit.

3. Gaya Hidup

Jika kamu perokok, nikotin yang dihirup dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah, mengurangi aliran darah ke kulit, dan memperlambat proses perbaikan kulit.

Polusi Udara yang memiliki partikel polutan dapat merusak sel-sel kulit dan mempercepat penuaan. Serta kurang tidur dapat menyebabkan stres oksidatif yang merusak kolagen dan elastin.

Ilustrasi Leher Bergaris – Ist

4. Perubahan Berat Badan

Saat berat badan turun dengan cepat, kulit tidak memiliki waktu untuk menyesuaikan diri, sehingga menjadi kendur dan membentuk garis-garis.

Kenaikan berat badan juga dapat menyebabkan peregangan kulit dan munculnya garis-garis.

5. Genetik

Struktur kulit dan kecenderungan untuk membentuk kerutan sebagian besar ditentukan oleh faktor genetik.

6. Postur Tubuh

Kebiasaan membungkuk atau tidur dengan posisi yang tidak tepat dapat menekan kulit leher dan mempercepat munculnya garis-garis.

7. Dehidrasi

Kurangnya asupan air menyebabkan kulit menjadi kering dan lebih rentan terhadap kerusakan.

Garis leher memang tak terhindarkan, namun kita bisa menunda dan meminimalkan kemunculannya.

Yuk, mulai dari sekarang jaga kesehatan kulitmu dengan rutin melakukan perawatan dan menerapkan gaya hidup sehat.

Ingin tahu lebih banyak tentang perawatan kulit ? Kamu bisa berkonsultasi dengan dokter spesialis kulit untuk mendapatkan solusi yang tepat.

Semoga artikel ini membantu!