# Top 12 Hausmittel zur Entfernung von Whiteheads

Was sind weiße Köpfe? Whiteheads sind noch eine andere Form von Akne. Sie sind eine Art Pickel oder kleine Unebenheiten in der Haut, die durch Öl, abgestorbene Hautzellen und/oder Bakterien verursacht werden. Die verstopfte Pore ist geschlossen und die Oberseite der Beule erscheint weiß gefärbt. Sie können überall auf deinem Gesicht (Nase, Stirn und Kinn) und/oder auch auf deiner Brust erscheinen! Was sind die Ursachen für weiße Köpfe? Mitesser treten häufig bei Menschen mit fettiger Haut und solchen auf, die sich hormonellen Veränderungen unterziehen, wie Teenager oder schwangere Frauen. Es zeigt sich, wenn Ihre Poren verstopft sind. Es stammt aus …

## Was sind weiße Köpfe?

Whiteheads sind noch eine andere Form von Akne. Sie sind eine Art Pickel oder kleine Unebenheiten in der Haut, die durch Öl, abgestorbene Hautzellen und/oder Bakterien verursacht werden.

Die verstopfte Pore ist geschlossen und die Oberseite der Beule erscheint weiß gefärbt. Sie können überall auf deinem Gesicht (Nase, Stirn und Kinn) und/oder auch auf deiner Brust erscheinen!

## Was sind die Ursachen für weiße Köpfe?

Mitesser treten häufig bei Menschen mit fettiger Haut und solchen auf, die sich hormonellen Veränderungen unterziehen, wie Teenager oder schwangere Frauen. Es zeigt sich, wenn Ihre Poren verstopft sind. Es stammt aus den Talgdrüsen Ihrer Haut, die auf natürliche Weise Öl produzieren. Die Talgsekretion wird zusammen mit Schmutz und anderen Unreinheiten in den Poren eingeschlossen und wird zu einer weißen kleinen Pustel. Anders als die Mitesser sind sie keinem Sauerstoff ausgesetzt.

## Hier ist eine Liste der häufigsten Ursachen von Whiteheads

- **Hormonelle Veränderungen:** Während der Pubertät, der Menstruation, der Schwangerschaft und der Wechseljahre neigen Frauen dazu, hormonelle Veränderungen in ihrem Körper zu durchlaufen. In solchen Zeiten ist die Talgsekretion hoch und kann die Poren verstopfen und Mitesser verursachen. Das ist der Grund, warum Frauen anfälliger dafür sind als Männer.
- **Medikamente:** Bestimmte Arten von Medikamenten können Ihren Hormonspiegel beeinflussen und Akne und Mitesser auslösen.
- **Anstieg der Androgenspiegel:** Das männliche

Sexualhormon „Androgen“ ist bei beiden Geschlechtern unterschiedlich stark vorhanden. Der Anstieg des Hormonspiegels bei Frauen aufgrund der Menopause oder Hormonersatztherapien kann Whiteheads auslösen.

- **Übermäßiger Gebrauch von Kosmetika:** Dies könnte zu Mitessern führen, da es Spuren hinterlässt, die Ihre Hautporen verstopfen können.

- **Schlechte Hygiene:** Unsachgemäße Hauthygiene und Hautpflege, z. B. wenn Sie Ihr Gesicht nicht regelmäßig

waschen und Hautzellen nicht durch Peeling entfernen, können zu einer Verstopfung Ihrer Hautporen führen, bakterielle Infektionen und Mitesser hervorrufen.

Es gibt viele Möglichkeiten, diese unansehnlichen weißen Zusätze von Ihrem ansonsten hübschen Gesicht loszuwerden. Der erste und wichtigste Tipp wäre, sie nicht zu knallen. Je! Das würde die Sache nur noch schlimmer machen. Lesen Sie weiter für einige der besten Hausmittel, die Ihnen helfen werden, Ihre Mitesser auf natürliche Weise loszuwerden.

## Hausmittel zur Entfernung von White Heads

### 1. Backpulver

Diese Küchenzutat wirkt nicht nur beim Kochen Wunder, sondern auch gegen hartnäckige Mitesser. Es peelt Ihre Haut und hilft, abgestorbene Hautzellen loszuwerden. Es erhält auch das pH-Gleichgewicht Ihrer Haut. Verwenden Sie ein sauberes Wattestäbchen, um eine verdünnte Lösung aus Backpulver vorsichtig auf die betroffenen Hautpartien aufzutragen. Keine Panik, falls Sie ein leichtes Kribbeln verspüren.

### 2. Haferflocken

Die häufigste Küchenzutat, die bei Schönheitsbehandlungen und Peelings verwendet wird. Es öffnet deine Poren und verhindert, dass sie verstopfen. Es absorbiert auch überschüssige Ölsekretion und dient als hervorragendes Peeling. Stelle eine Paste aus Honig und Haferflocken her und massiere sie sanft mit kreisenden Bewegungen in deine Haut ein. Lassen Sie es 15 Minuten einwirken und waschen Sie Ihr Gesicht. Wenn Sie dies regelmäßig befolgen, erhalten Sie eine gereinigte Haut, die frei von Whiteheads ist!

### 3. Zitronensaft

Zitronensaft ist reich an Ascorbinsäure und kann helfen,

Mitesser zu reduzieren. Extrahieren Sie den Saft einer Zitrone in eine kleine Schüssel und tragen Sie ihn mit einem sauberen Wattebausch auf die betroffenen Hautpartien auf. Dies kann Ihre Haut austrocknen, indem es die überschüssige Talgsekretion eindämmt, und dies bewirkt die Magie der Reduzierung von Mitessern.

**4. Zuckerpeeling**

Zucker kann als Peeling wirken, um abgestorbene Hautzellen loszuwerden. Es verhindert auch das Verstopfen der Poren und beugt Akne vor. Machen Sie ein einfaches hausgemachtes Peeling mit Zucker und etwas nativem Olivenöl extra und massieren Sie es in Ihre Haut ein. Lassen Sie es einige Zeit einwirken und waschen Sie es danach ab.

**5. Apfelessig**

Apfelessig ist reich an antiseptischen und antibakteriellen Eigenschaften und ein Kraftpaket für Aknemittel. Es hilft auch, das pH-Gleichgewicht Ihrer Haut aufrechtzuerhalten, was Bakterien das Gedeihen erschwert. Es ist auch ein Adstringens und hilft, überschüssiges Öl von Ihrer Haut zu entfernen. Tauche ein sauberes Wattepad in eine verdünnte Essiglösung und trage es auf die betroffenen Hautpartien auf. 10 Minuten oder über Nacht einwirken lassen und anschließend gründlich das Gesicht waschen. Falls Sie das Gefühl haben, dass Ihre Haut etwas trocken wird, verwenden Sie eine Feuchtigkeitscreme.

**6. Teebaumöl**

Reich an antibakteriellen Eigenschaften, tötet es die Akne verursachenden Bakterien ab. Es wirkt auch als Adstringens, um überschüssiges Öl auf Ihrer Haut zu reduzieren. Es entfernt abgestorbene Hautzellen und bekämpft Akne und hilft, Mitesser loszuwerden. Tauchen Sie einen sauberen Wattebausch in eine verdünnte Mischung aus Teebaumöl und tragen Sie es auf die betroffenen Hautpartien auf und waschen Sie es anschließend ab. Alternativ können Sie es mit Aloe Vera Gel anstelle von Wasser verdünnen.

**7. Erdbeeren**

Erdbeeren sind reich an Salicylsäure (das häufigste Heilmittel gegen Akne) und können Mitesser effektiv behandeln. Erdbeeren helfen, abgestorbene Hautzellen loszuwerden, verstopfen Ihre Poren und verhindern, dass sie verstopfen. Sie schützen Ihre

Haut auch vor schädlichen UV-Strahlen und Sonnenschäden. Mischen Sie ein paar Erdbeeren und Honig und tragen Sie die Mischung auf die betroffenen Hautpartien auf. Etwa 20 Minuten einwirken lassen und danach waschen. Tun Sie dies zweimal pro Woche, um die besten Ergebnisse zu erzielen.

**8. Zimt**

Es hat antimikrobielle Eigenschaften und hautregenerierende Eigenschaften und wird häufig in Schönheitskuren verwendet. Stelle eine Maske her, indem du Zimt, Natron und Zitronensaft mischst. Tragen Sie es auf Ihr Gesicht auf. Lassen Sie es trocknen und waschen Sie es dann mit lauwarmem Wasser ab. Alternativ können Sie eine Zimt-Honig-Maske verwenden. Da Honig ein natürlich verfügbares Antibiotikum ist, kann er das Wachstum von Bakterien verhindern und Mitesser beseitigen.

**9. Gramm Mehl**

Dies ist einer der am häufigsten verwendeten Hautpflege-Inhaltsstoffe, die seit Jahrhunderten verwendet werden. Dieses herrliche Mehl ist für seine Peeling- und Tiefenreinigungseigenschaften bekannt. Es hilft, abgestorbene Hautzellen zu entfernen, die Poren zu befreien und überschüssigen Talg zu absorbieren. Machen Sie eine Paste aus Kichererbsenmehl und Quark. Verteilen Sie es gleichmäßig auf Ihrem Gesicht, lassen Sie es trocknen und waschen Sie es anschließend. Wiederholen Sie dies ein paar Mal pro Woche, um erstaunliche Ergebnisse zu sehen.

**10. Gesichtsdampf**

Das Dämpfen hat viele Vorteile für Ihre Haut. Es öffnet deine Poren und kann deiner Haut einen strahlenden Glanz verleihen. Nach einer Dampfbehandlung können Sie die Mitesser sanft mit einem guten Peeling entfernen. Befolgen Sie diese Dampf- und Schrubbroutine nicht länger als dreimal pro Woche.

**11. Kurkumapulver & Neemblätter**

Beide für ihre antiseptischen Eigenschaften bekannten Inhaltsstoffe werden seit jeher in der Hautpflege eingesetzt. Mischen Sie zerkleinerte Neemblätter und Kurkumapulver und machen Sie eine Paste, indem Sie etwas Wasser hinzufügen. Tragen Sie diese Paste nun auf Ihr ganzes Gesicht auf. Sobald es getrocknet ist, waschen Sie es ab. Befolgen Sie diese

Behandlung jeden Tag, um Mitesser zu verabschieden.

## 12. Sandelholzpaste

Sandelholzpaste ist bekannt für ihre zahlreichen Anwendungen auf der Haut und wird seit Jahrhunderten von Frauen im ganzen Land als Schönheitsbehandlung verwendet. Der erstaunliche Duft und die kühlende Natur von Sandelholz dient als adstringierendes und beruhigendes Gesichtswasser, das überschüssiges Talg und Öl von Ihrer Haut absorbiert. Es hilft nicht nur, Ihre Whiteheads loszuwerden, sondern kann auch ein Wiederauftreten verhindern. Stelle eine Paste aus Sandelholzpulver und Rosenwasser her und trage sie gleichmäßig auf dein Gesicht auf. Lassen Sie es vollständig trocknen und waschen Sie es danach ab. Tun Sie dies ein paar Mal während der Woche, um die besten Ergebnisse zu erzielen.

Probieren Sie diese einfachen und leicht anzuwendenden Hausmittel aus und verabschieden Sie sich von Mitessern!

.

Details

**Besuchen Sie uns auf: natur.wiki**