
SKINMAG × DESEMBRE

Как справиться с акне за месяц

*4-шаговая система ухода
за проблемной кожей*

Гайд от SKINMAG · Линейка Desembre для проблемной кожи

12 лет с корейской косметикой · skin-mag.ru

Прежде чем начать

За 12 лет работы с корейской косметикой я вижу одну и ту же историю. Женщина или мама подростка приходит с кожей, за которую они уже боролись всеми способами. Аптечные средства сушат. Тональник забивает поры. Чистки помогают на неделю. Всё это идёт по кругу.

Этот гайд — про то, что реально работает. Не про чудо-средство и не про диету. Про систему.

Здесь три вещи:

- короткое объяснение — что происходит с кожей при акне
- 7 ошибок, которые ухудшают ситуацию, даже если стараетесь
- готовая 4-шаговая система на 30 дней с конкретными продуктами Desembre из линейки для проблемной кожи

Читайте по порядку. 15 минут вашего времени сэкономят несколько месяцев проб и ошибок.

ВАЖНО

Гайд не заменяет консультацию врача-дерматолога. При тяжёлом или гормональном акне, при кистозных высыпаниях, при подозрении на демодекоз — сначала к специалисту. Домашний уход поддерживает лечение, но не отменяет его.

Что происходит с кожей при акне

Акне — это не проблема грязной кожи

Первое, что нужно знать: прыщи не появляются от того, что вы «плохо моетесь». Часто наоборот — люди с проблемной кожей моются слишком старательно и делают только хуже.

4 фактора работают одновременно

При акне в коже одновременно происходят четыре процесса. Не по очереди — параллельно.

- 1. Гормональные сигналы** усиливают выработку кожного жира (себума). Именно поэтому пик акне — это подростковый возраст и периоды гормональных перестроек у взрослых.
- 2. Ороговевшие клетки** смешиваются с себумом и закупоривают поры. Пора превращается в «тупик», из которого содержимое не выходит наружу.
- 3. Бактерии** *C. acnes*, которые в норме мирно живут на коже, в закупоренной поре начинают активно размножаться. Появляется среда без кислорода — их любимая.
- 4. Иммунная система** реагирует воспалением. Именно воспаление даёт красноту, боль и то самое «созревание» прыща.

главный вывод

Одно средство «на всё лицо» не даёт устойчивого результата — надо работать сразу на четырёх фронтах: снимать избыток себума, отшелушивать мёртвые клетки, регулировать бактериальную нагрузку, успокаивать воспаление.

Почему прыщи возвращаются в те же места

У каждого своя «карта» сальных желёз — на одних участках лица их больше, они крупнее и активнее. Т-зона (лоб, нос, подбородок) у большинства людей — самая «горячая». Именно поэтому прыщи циклически появляются в одних и тех же местах: там, где сальные железы физиологически более активны.

Подростковое и взрослое акне — разное

Подростковое акне (13–19 лет) — это в первую очередь всплеск андрогенов. Работать надо мягко: не убивать барьер, а помогать коже пройти этот период с минимальными потерями.

Взрослое акне (25–40 лет) — чаще связано со стрессом, гормональными циклами, реакцией на неподходящий уход. Здесь работает та же 4-шаговая логика, но акцент — на восстановлении барьера.

7 ошибок, которые ухудшают акне

Эти семь вещей делают почти все, кто борется с проблемной кожей — и все семь ухудшают ситуацию. Если убрать хотя бы четыре из них, кожа уже начнёт восстанавливаться.

01. Пересушивание кожи

Логика кажется правильной: жирная кожа — надо убрать жир. На практике: агрессивные пенки и спиртовые лосьоны снимают защитный барьер, кожа реагирует на это ещё большей выработкой себума. Через две недели становится хуже, чем было.

02. Замазывание тональником каждый день

Тональник не лечит — он консервирует проблему. Плотный слой перекрывает выход себума, поры забиваются, воспаления обновляются. Особенно вредна плотная тональная основа поверх активных прыщей.

03. Одно средство «на всё лицо»

Локальное средство от прыщей, размазанное по всему лицу, пересушивает здоровые участки. А лёгкая универсальная сыворотка не справляется с активным воспалением. Нужны разные средства для разных задач.

04. Регулярные чистки без домашнего ухода

Косметолог убирает результат — комедоны и воспаления. Но если после чистки не работать с причиной дома, через 3 недели всё возвращается. Кабинетные процедуры без системы = деньги на ветер.

05. Домашние выдавливания

Даёт короткое облегчение — и три новых воспаления рядом из-за инфекции, загнанной внутрь. Плюс постакне-пятна и, при глубоких выдавливаниях, рубцы, которые остаются годами.

06. Отказ от увлажнения

Страх «крем на жирную кожу — новые прыщи». На деле: обезвоженная кожа усиливает выработку себума, что усугубляет акне. Крем нужен всегда, вопрос — в подходящей текстуре. Проблемной коже подходят лёгкие

увлажняющие кремы со скваланом и гиалуроновой кислотой.

07. Слишком много активов сразу

Кислоты, ретинол, пилинги, новая пенка, скраб — всё одновременно. Через неделю — сожжённый барьер. После него даже вода вызывает раздражение. Активы вводить по одному, с перерывом в 2–3 недели.

ИТОГ РАЗДЕЛА

Общий знаменатель всех семи ошибок — попытка «победить» жирную и склонную к акне кожу силой: агрессивно смыть, замазать, выдавить, засушить, забомбить активами. На самом деле проблемной коже нужно противоположное: аккуратное очищение, мягкое восстановление и системный ритуал. Именно эту логику мы разберём в следующем разделе.

4-шаговая логика ухода

Помните четыре фактора акне из первого раздела? Работать надо на всех четырёх. Это не «продать 4 средства вместо одного» — это физиология требует четырёх действий.

01 ОЧИЩЕНИЕ Гель утро + вечер	02 ДЕТОКС Маска 2-3 раза в неделю	03 АКТИВЫ Сыворотка ежедневно	04 БАРЬЕР Крем утро + вечер
--	--	--	--

Что делает каждый шаг

Шаг 1. Очищение. Снимаем избыток себума, загрязнения, макияж. Даём коже старт для остальных шагов. Утром и вечером.

Шаг 2. Детокс + успокоение (маска). Активно вытягиваем содержимое пор и снимаем воспаление. 2-3 раза в неделю по расписанию.

Шаг 3. Активная работа (сыворотка). Концентрат на воспаления — точно или на всё лицо. Ежедневно.

Шаг 4. Барьер (крем). Закрываем влагу, восстанавливаем защитную мантию, даём коже возможность работать с активами шагов 2-3.

ЧАСТАЯ ОШИБКА

Думать, что крем — это «на потом, когда всё пройдёт». Крем не роскошь, а часть механизма. Без него первые три шага работают впустую.

Четыре продукта Desembre для проблемной кожи

Дальше — по одной странице на каждый продукт: что делает, как применять, что важно. Читайте в том же порядке, в котором продукты идут в ритуале: очищение → маска → сыворотка → крем.

D090

ШАГ 1 · ОЧИЩЕНИЕ

Desembre :MEDI⁺ P.skin Care Cleansing Gel



ЧТО ДЕЛАЕТ

Очищающий гель для жирной и склонной к акне кожи. Технология Medi+ содержит стимулирующие соединения, которые не просто убирают загрязнения снаружи, но и активируют собственные защитные механизмы кожи. Снижает риск постакне и рубцов.

КАК ПРИМЕНЯТЬ

- Утром и вечером — обязательные два раза в день.
- Смочить лицо тёплой водой.
- Одно нажатие помпы вспенить в ладонях.
- Аккуратно помассировать пеной кожу 1–2 минуты, избегая области вокруг глаз.
- Смыть тёплой водой или снять остатки влажной губкой.

АКТИВЫ И ФОКУС

Масло чайного дерева — природный антисептик, работает с бактериальной нагрузкой на коже, подсушивает воспаления, регулирует себум. **Экстракт портулака** — снимает покраснения, увлажняет, ускоряет восстановление. **Экстракт алоэ** — эластичность и глубокое увлажнение. **Бетаин** — натуральный увлажнитель, удерживает влагу.

НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

Чайное дерево — активный компонент, реакция индивидуальна. В первую неделю следите за ощущениями. Если после умывания кожа стянута дольше 5 минут — сократить массаж до 30 секунд и убедиться, что вода не горячая.

СОВЕТ ОТ SKINMAG

Никогда не пропускайте вечернее умывание. Именно вечером с кожи уходит накопленный за день себум, пыль, остатки макияжа и SPF. Утро можно упростить (умыться просто водой), вечер — нельзя.

D080

ШАГ 2 · ДЕТОКС

Desembre P.skin Care Cream Mask, 200 г



ЧТО ДЕЛАЕТ

Смываемая кремовая маска для проблемной, жирной и комбинированной кожи. Работает одновременно на трёх направлениях: **увлажняет, регулирует выработку кожного сала и работает с воспалениями**. Ключевой актив линии — экстракт сколопендры, укрепляющий защитный барьер кожи.

КАК ПРИМЕНЯТЬ

- 1-2 раза в неделю (для интенсивного восстановления — слой вдвое толще).
- После вечернего умывания на очищенную кожу.
- Ровным слоем на всё лицо, избегая области вокруг глаз и губ.
- Оставить на 15-20 минут.
- Снять остатки влажной губкой или смыть тёплой водой.
- После маски — сразу переход к сыворотке и крему.

АКТИВЫ И ФОКУС

Салициловая кислота (ВНА) — отшелушивает ороговевшие клетки, чистит поры от себума, предотвращает комедоны. **Камфора** — успокаивает, снимает раздражение, освежает. **Экстракт сколопендры** (Scolopendra Subspinipes) — редкий актив, укрепляет естественный барьер кожи, детоксицирует, восстанавливает раздражённые участки.

НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

Если чувствуется сильное стягивание — смывать раньше. Не применять на активные открытые воспаления с корочкой и повреждённую кожу. Содержит камфору — при индивидуальной реакции (зуд, жжение) — сразу смыть.

СОВЕТ ОТ SKINMAG

Маска работает лучше всего в ритме, а не «когда получится». Кожа привыкает к цикличности. Пн + Чт вечером — оптимальный график для большинства. Одной тубы 200 г хватает на 2-3 месяца регулярного использования.

D061-1

ШАГ 3 · АКТИВЫ

Desembre Activator AC Control Ampoule



ЧТО ДЕЛАЕТ

Ампульная сыворотка-активатор для восстановления и защиты кожи. Комплекс из семи растительных экстрактов работает синергично с салициловой кислотой: очищает поры, успокаивает воспаления, выравнивает тон. Не маскирует проблему, а помогает коже восстановить собственный баланс.

КАК ПРИМЕНЯТЬ

- Перед первым применением: снять белую крышку, надеть насадку-пипетку.
- Начать с 1 раза в день (вечером), через 5–7 дней добавить утро.
- Наносить после умывания и тоника (если используете).
- Равномерно распределить на всё лицо, избегая области вокруг глаз.
- Похлопывающими движениями подушечками пальцев вбить до полного впитывания.
- Продвинутый приём: нанести до тканевой маски и повторить тонким слоем после — усиление эффекта.

АКТИВЫ И ФОКУС

Салициловая кислота (ВНА) — глубокая работа с порами и комедонами. **Комплекс 7 растительных экстрактов:** берёза, хурма, сумах, терминалия чебула, цезальпиния, магнолия, портулак — синергично работают на успокоение, антиоксидантную защиту и регуляцию себума. **Sodium PCA** — натуральный увлажняющий фактор, удерживает влагу.

НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

Содержит алкоголь в составе (стандартно для активных формул). Если появилось раздражение — снизить до 1 раза в 2 дня и подождать, пока кожа адаптируется. Не наносить на повреждённую кожу и после механической чистки. После вскрытия ампулу использовать в течение 1 месяца — активы теряют силу.

СОВЕТ ОТ SKINMAG

Ампула — сильный формат. Начинайте медленно и слушайте кожу. Правило: лучше делать реже, но регулярно, чем много и с раздражением.

D074

ШАГ 4 · БАРЬЕР

Desembre :MEDI⁺ P.skin Care Cream, 50 мл



ЧТО ДЕЛАЕТ

Защитный крем с запатентованным экстрактом сколопендры. Укрепляет естественный барьер кожи, защищает от внешних раздражителей, снимает покраснения, удерживает влагу. Финальный шаг ритуала — закрывает всю проделанную работу и делает кожу более эластичной и матовой.

КАК ПРИМЕНЯТЬ

- Утром и вечером — финальный шаг после сыворотки.
- Одно нажатие вакуумной помпы распределить между пальцами.
- Нанести на очищенную кожу лица, аккуратно массируя до полного впитывания.
- Дать 1–2 минуты впитаться перед нанесением макияжа (утром) или отходом ко сну.

АКТИВЫ И ФОКУС

Экстракт сколопендры (Scolopendra Subspinipes) — запатентованный ключевой актив линии: укрепляет барьер, детоксицирует, успокаивает. **Гиалуронат натрия** — создаёт влагоудерживающий барьер, работает как натуральный NMF. **Экстракт ромашки Matricaria** — снимает воспаление и оживляет. **Масло камелии** — балансирует выработку кожного сала. **Экстракт алоэ, портулака, масло эвкалипта** — увлажнение, эластичность, защита.

НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

Не пропускать этот шаг, даже если кожа кажется жирной. Именно недостаток увлажнения у проблемной кожи часто и запускает новый цикл выработки себума. Крем достаточно объёмный для активов — важно правильно дозировать.

СОВЕТ ОТ SKINMAG

Проблемной коже нужны лёгкие текстуры — кремы, которые не забивают поры. Если после крема кажется, что «слишком жирно» — вероятно, вы взяли слишком много. Уменьшите порцию до половины нажатия помпы.

План на 30 дней

Кожа привыкает постепенно. Не запускайте всё сразу — введём линейку в 4 этапа. Каждая неделя добавляет один шаг. К четвёртой неделе — полный ритуал.

НЕДЕЛЯ 1 Адаптация

Утром: D090 → D074

Вечером: D090 → D061-1 (через день) → D074

Маска: Не применяем. Смотрим реакцию кожи на очищение + крем + мягкий ввод сыворотки.

НЕДЕЛЯ 2 Ввод маски

Утром: D090 → D074

Вечером: D090 → D061-1 (ежедневно) → D074

Маска: D080 один раз в неделю (например, пн вечером — перед сывороткой).

НЕДЕЛЯ 3 Полный ритуал

Утром: D090 → D061-1 → D074

Вечером: D090 → D061-1 → D074

Маска: D080 два раза в неделю (пн + чт вечером, перед сывороткой).

НЕДЕЛЯ 4 Закрепление и оценка

Утром: D090 → D061-1 → D074

Вечером: D090 → D061-1 → D074

Маска: D080 два раза в неделю. В конце недели — сделать фото и сравнить с первым днём.

ЧТО СЧИТАЕТСЯ РЕЗУЛЬТАТОМ НА 30 ДЕНЬ

Три вещи, на которые смотрим. **Первое:** новые воспаления появляются реже.

Второе: активные воспаления проходят быстрее (за 2–3 дня вместо недели).

Третье: общий рельеф и тон кожи становятся ровнее. Полное очищение обычно занимает 2–3 месяца — 30 дней это виден вектор.

Частые вопросы

Когда появится первый видимый результат?

На 7–10 день кожа перестаёт «сушить», уходит стянутость. К 14 дню новых воспалений становится заметно меньше. К 30 дню виден вектор изменений. Полная стабилизация — 2–3 месяца регулярного ритуала.

Что делать, если после старта появилось раздражение?

Первое: убрать сыворотку на 3 дня, оставить только гель и крем. Второе: когда кожа успокоится, ввести сыворотку снова, но раз в 2 дня. Через неделю — можно перейти на ежедневное применение. Если раздражение не проходит за 5 дней даже без сыворотки — прекратить и обратиться к косметологу.

Подходит ли эта линейка подростку 14+?

Да. Линейка не содержит агрессивных возрастных активов вроде ретинола или сильных кислот. Начать стоит с сокращённого ритуала: гель + крем + сыворотка через день. Полный ритуал ввести постепенно за 2–3 недели.

Можно ли совмещать с процедурами у косметолога?

Да, но с перерывами. За 3 дня до и 5–7 дней после чистки лица, пилинга или мезотерапии — использовать только гель и крем. Маска и сыворотка возвращаются, когда кожа полностью восстановилась после процедуры.

Что делать после 30 дней?

Продолжать полный ритуал минимум 3 месяца. Это срок, за который сальные железы перестраиваются на новый режим работы. Если через 3 месяца стабильный результат — можно сократить сыворотку до одного раза в день.

Нужен ли солнцезащитный крем?

Да, обязательно. Проблемная кожа чувствительна к УФ-излучению, и без защиты постакне-пятна темнеют и остаются надолго. SPF наносится утром после D074 как отдельный шаг. Выбирайте некомедогенный SPF с лёгкой текстурой.

Можно ли использовать другие средства параллельно?

Только тонер (перед сывороткой) и SPF (утром после крема). Не добавляйте другие кислоты, ретинол, другие сыворотки, скрабы — они конфликтуют с линейкой и раздражают кожу.

Полные составы (INCI)

Полные официальные составы всех четырёх продуктов линии — для тех, кто хочет проверить сам или сверить с индивидуальными исключениями (аллергия на определённые компоненты, беременность и т.д.).

D090 • Cleansing Gel

Water, Sodium Lauroyl Glutamate, Propylene Glycol, PEG-120 Methyl Glucose Dioleate, PEG-8 Caprylic/Capric Glycerides, Glycerin, Cocamidopropyl Betaine, PEG-60 Hydrogenated Castor Oil, Betaine, 1,2-Hexanediol, Caprylyl Glycol, Sodium Chloride, Sodium Hydroxide, Melaleuca Alternifolia (Tea Tree) Leaf Oil, Portulaca Oleracea Extract, Aloe Barbadensis Leaf Extract, Disodium EDTA, Limonene, Butylene Glycol.

D080 • Cream Mask

Water, Zinc Oxide, Propylene Glycol, Cetearyl Alcohol, Glyceryl Stearate SE, Titanium Dioxide, Sorbitan Stearate, Polyacrylate-13, Kaolin, Polyisobutene, Dimethyl Sulfone, 1,2-Hexanediol, Caprylyl Glycol, Salicylic Acid, Camphor, Polysorbate 20, Citric Acid, CI 42090, Scolopendra Subspinipes Extract.

D061-1 • AC Control Ampoule

Water, Methyl Gluceth-20, Alcohol, Bis-PEG-18 Methyl Ether Dimethyl Silane, Butylene Glycol, Terminalia Chebula Fruit Extract, Caesalpinia Sappan Bark Extract, Magnolia Obovata Bark Extract, Betula Platyphylla Japonica Bark Extract, Diospyros Kaki Leaf Extract, Rhus Semialata Gall Extract, Portulaca Oleracea Extract, Sodium PCA, Lauroyl Arginine, Salicylic Acid, 1,2-Hexanediol, Caprylyl Glycol, Xanthan Gum.

D074 • P.skin Care Cream

Water, Propylene Glycol, Glycerin, Cetearyl Alcohol, Cetearyl Olivat, Sorbitan Olivat, Glyceryl Stearate SE, Camellia Sinensis Seed Oil, Polyacrylate-13, Polyisobutene, Polysorbate 20, Squalane, 1,2-Hexanediol, Caprylyl Glycol, Sodium Hyaluronate, Sodium PCA, Chamomilla Recutita (Matricaria) Flower Extract, Portulaca Oleracea Extract, Butylene Glycol, Aloe Barbadensis Leaf Extract, Scolopendra Subspinipes Extract, Eucalyptus Globulus Leaf Oil.

ФИРМЕННЫЙ ИНГРЕДИЕНТ ЛИНИИ

Экстракт сколопендры (*Scolopendra Subspinipes*) — редкий актив, который встречается в маске D080 и в креме D074. Это ключевой ингредиент линии *Desembre Medi Epi Science*: укрепляет естественный барьер, детоксицирует, восстанавливает раздражённую кожу. Именно он делает эту линию заметной на фоне остальных корейских брендов для проблемной кожи.

Что дальше?

Если после чтения гайда остались вопросы или хочется индивидуальный разбор — есть три способа:

01 **Записаться к косметологу**

Штатный косметолог SKINMAG с медицинским образованием разберёт вашу кожу и подстроит ритуал под индивидуальные особенности. Консультация — бесплатная для клиентов SKINMAG.

02 **Заказать 4 продукта**

На сайте **skin-mag.ru**. Артикулы: **D090 · D080 · D061-1 · D074**.
Бесплатная доставка по России.

03 **Написать в директ**

Присылаем прямые ссылки на карточки товаров, отвечаем на вопросы по составу и совместимости, помогаем подобрать порядок ритуала под ваш тип кожи.

SKINMAG — 12 лет с корейской косметикой. Мы работаем с оригинальными брендами напрямую и рекомендуем то, что сами проверили на своей семье.

skin-mag.ru · info@skin-mag.ru · 8 (800) 550-54-96