

## Milia kod djece i odraslih - kako je prepoznati i liječiti?



**Milie** su sitne bijele kvržice (ispupčenja) koja se najčešće pojavljuju **ispod gornjeg sloja kože** na području oko nosa, brade, obraza, na vjeđama i oko očiju. Ponekada, ako je riječ o bebama, milije se mogu javiti i na trupu, rukama i nogama.

Milia se može razviti u **bilo kojoj dobi**, no najčešća je kod **novorođenčadi**. Više od polovice novorođenčadi ima sitne bijele kvržice, no one većinom nestaju same od sebe već **nakon nekoliko tjedana**. Vrlo rijetko milie mogu nateći ili se upaliti.

Milie na licu, razvijaju se kao **odumrle stanice kože** ili keratin koji ostaje zarobljen ispod površine kože. Točan uzrok nastanka milia nije utvrđen. **Milie** (gris oko očiju) nisu akne. **Akne** su u većini slučajeva uzrokovane **hormonima** te uzrokuju **upalu**. Bitno je napomenuti kako **izlaganje suncu** može doprinijeti nastanku milia.

Premda ih je potrebno **uklanjati**, milie ponekad nestanu **bez ikakvog tretmana**. U većini slučajeva su povezane s određenim oštećenjima kože, ozljedama, bolestima ili lijekovima.

**Milie** nisu opasne no većini osoba su neugodne jer **narušavaju estetiku lica**. U

odraslih osoba se većinom javljaju kao posljedica korištenja **neodgovarajuće kreme**. Milie nipošto nemojte istiskivati jer možete oštetiti kožu te uvjetovati nastajanje **ožiljka** koji je svakako znatno neprivlačniji od jedne milie koju se može uspješno tretirati kod **dermatologa**.

Milie vas u pravilu **ne bi smjele peći** ili **svrbjeti**. Ako do takvih simptoma dođe, vjerojatno u pitanju nisu samo milie već neko drugo kožno stanje ili oboljenje.



## Milie na licu uzroci

**Milie** se u odraslih osoba većinom javljaju kao posljedica **pogrešnog izbora kreme za lice**. Obično je riječ o preteškim i suviše **masnim kremama** za kožu koje nisu namijenjene određenom tipu kože. Milie se mogu javiti kao **posljedica**:

- stresa,
- javljaju se pretežito kod novorođenčadi,
- [opeklina od sunca](#),

- dermoabrazija,
- kožnih oboljenja,
- nedostatka esencijalnih vitamina,
- prehrane bogate proteinima, mastima i kolesterolom,
- korištenja kortikosteroida.

Osip kod beba po licu i vratu nije neuobičajen, dapače velikom broju roditelja zadaje glavobolje. Javlja se i **nestaje sam od sebe**, pritom ne odajući uzrok nastanka na koji bi roditelji potencijalno mogli utjecati.

Osip kod beba po cijelom tijelu može biti znak **alergijske reakcije** ali i kožne bolesti kao što je **seboreični dermatitis**. Sitne crvene točkice po tijelu bebe mogu biti znak **bezazlenih** ali **ozbiljnih** stanja. Ako na tijelu vašeg djeteta vidite **crvene točkice**, obratite se liječniku radi stručne procjene.

Točan uzrok milia kod beba ni danas nije u potpunosti razjašnjen. Jedna skupina liječnika misli kako je riječ o **nedovoljno razvijenim žlijezdama** na bebinoj koži, dok drugi misle kako je problem povezan s **majčnim mlijekom**.



## Dojenačke akne

**Dojenačke akne** javljaju se kod oko **20%** beba. Dojenačke akne su u većini slučajeva **bezopasne i učestale**. Dojenačke akne su gotovo uvijek **blage** i javljaju se gotovo isključivo na **licu**. Pojavljuju se kao i akne u odrasloj dobi, tipično, na čelu, obrazima i bradi.

**Dojenačke akne** izgledaju poput sitnih točkica s **bijelim završetkom**. Valja ih razlikovati od ekcema. Ekcem će se pojaviti na cijelom tijelu, a dojenačke akne **samo na licu**. Nastanak dojenačkih akni uvjetovan je navalom androgenih hormona, koji pogoduju nastanku masne kože, a s vremenom i **nastanku akni**.

Ako dojenačke akne u roku od **mjesec dana** ne nestanu same od sebe, posjetite liječnika. U većini slučajeva liječnik će vam savjetovati **ispiranje i brisanje lica** toplom vodom. Liječnika trebate posjetiti i u slučaju da dijete ima akne, ali je i:

- letargično,
- slabo jede,
- ima probleme sa spavanjem.

Liječnika svakako trebate posjetiti ako ste **uplašeni** i ako **ne možete procijeniti** što je mogući uzrok nastanka akni ili vam se čini kako je u pitanju nešto drugo, a ne dojenačke akne. Crvenilo na licu kod djece nije neobična pojava, pogotovo tijekom prvih tjedana života.

Ipak, **gnojni prištići kod beba**, stanje su koje zaslužuje stručnu procjenu. Bijeli prištići kod djece ne smiju se istiskivati jer može doći do **infekcije**. Crvenilo i prištići na licu bebe mogu biti znak nedovoljne ili pretjerane njege lica, ali i korištenja krivog, odnosno **suviše agresivnog preparata** koji ne odgovara tipu kože koji vaše dijete ima.



## Milije kako liječiti? (liječenje i samopomoć)

Milije obično ne zahtijevaju liječenje, no ako traje **duže od tri mjeseca** preporučuje se konzultirati s liječnikom. Milije odnosno **bijele točkice ispod oka**, nipošto nemojte sami pokušavati istiskivati. **Milije** ispod očiju mogu biti brojne što ih čini **estetskim problemom**, pogotovo kada je riječ o osobama kojima je čisto i **održavano lice** jedan od uvjeta obavljanja posla.

### Pokušajte slijediti ove savjete kako bi bebina koža izgledala bolje:

- Redovito čistite bebino lice **toplom vodom**.
- Ako je bebina koža masna možete koristiti blagi **hidratantni sapun**.
- Nježno osušite bebino lice nakon čišćenja.
- Izbjegavajte bilo koju drugu vrstu liječenja ili čišćenja.
- Oko liječenja se konzultirajte isključivo s **liječnikom** odnosno **dermatologom**.
- Ne pokušavajte dijete liječiti prirodnim metodama - dječja koža je osjetljiva i podložna alergijskim reakcijama.

Pročitajte cijeli vodič: [Osip i akne kod djece i beba - najčešći uzroci i liječenje!](#)

Milia oko očiju liječenje? **Odrasle osobe** se oko liječenja također trebaju **konzultirati s liječnikom** odnosno **dermatologom** koji će preporučiti **najučinkovitiju metodu** ovisno o težini slučaja. Kako biste zaustavili nastajanje milia, pokušajte utjecati na navedene uzroke.

Najbolji način je **promjena prehrambenih** ali i **životnih navika**. Izbjegavajte nanošenje debelih slojeva šminke, nemojte stalno dodirivati lice, a pogotovo kada vam ruke nisu čiste. Premda je boravak na suncu iznimno dobar zbog apsorpcije vitamina D, imajte na umu da produžen boravak na suncu može **pogoršati nastanak milia** ali i **oštetiti kožu**.

Neke od prirodnih metoda koje možete isprobati su:

- **Piling od šećera i limuna** - za izradu pilinga bit će vam potrebne dvije žličice **šećera** i sok od pola **limuna** te jedna žličica [maslinovog ulja](#).
- **Med** - med možete kombinirati sa šećerom i [uljem jojobe](#). Ovakva kombinacija će vam pomoći u uklanjanju suvišnih odnosno **mrtvih stanica kože**.
- [Ulje ricinusa](#) - izvrsno višenamjensko prirodno sredstvo za tretiranje raznih stanja i bolesti. Ricinusovo ulje idealno je za uklanjanje milia budući da kontrolira lučenje masnoće. Za njegu kože možete ga u jednakom omjeru koristiti uz maslinovo i kastorovo ulje. Ravnomjerno nanesite uljnu masku na lice i pričekajte dok se upije, a potom isperite mlakom vodom.
- **Ulje čajevca** - najdjelotvornije sredstvo kada je riječ o infekcijama koje su uzrokovane **bakterijama** i **gljivicama**, a ponekad djeluje i u slučaju virusa. Prije upotrebe ulja čajevca konzultirajte se sa stručnom osobom. Nemojte koristiti bilo kakvo (najjeftinije) ulje čajevca. Svako ulje ima svoju vrstu namjene. Kvalitetnija ulja su u pravilu uvijek skuplja. Ulje čajevca nemojte koristiti **nerazrijeđeno**.

Krema za milie? Prema iskustvu velikog broja korisnika - **Elicina** krema, **Vichy** ili **Eucerin**. Raspitajte se u najbližoj ljekarni o vama najpovoljnijoj ali i najučinkovitijoj varijanti.

Javite nam kakvo je vaše iskustvo uklanjanja milia s područja lica! Imate preporuku za odličnog dermatologa? Odlično! - Pišite nam u komentaru. :)