

Zit is a slang term for a pimple

" Zit " معادل عامیانه ی واژه ی "pimple" به معنی "جوش" هستش

You know what the karma of putting a fake pimple on your face is?

میدونید عاقبت اینکه یه جوش الکی روی صورتتون بذارید چیه؟

Getting a real one!

اینه که یه واقعیش نصیبتون میشه!

At first I was like nooo I can't record a video looking like this!

اولش میگفتم نه من نمیتونم اینطوری ویدئو ضبط کنم

And then I thought

بعدش فکر کردم

why not?

چرا نتونم؟

It's normal, it happens to all of us.

این یه چیز طبیعییه، واسه هممون پیش میاد.

I'm not gonna cover it with makeup.

با میکاپ نمی پوشونمش.

So let's talk about it and learn some new words!

پس بیاید راجع بهش صحبت کنیم و چندتا کلمه جدید یاد بگیریم!

.This is called a pimple or a zit or a spot

به این میگن pimple, zit یا spot (جوش)

Actually, there are different names for it

در واقع اسم های زیادی براش هست

depending on what kind it is.

بستگی به نوعش داره.

But in general it's a pimple.

ولی بطور کلی بهش میگن جوش.

Acne is a bit different

آکنه یکم متفاوته

it's more like a skin condition

بیشتر مثل یه وضعیت پوستیه

and it's usually persistent which needs treatment.

که ماندگاره و به درمان نیاز داره.

Well, that was basic. We all know that

خب اینا همش پایه بود. هممون میدونیمشون.

but what does it mean when someone says

ولی وقتی کسی این جمله رو میگه به چه معناست؟

"My skin is breaking out, why am I breaking out?"

To "break out" means

یعنی break out

to suddenly experience large numbers of zits on your face.

یهو کلی جوش رو صورتتون ظاهر بشه.

breakouts can be a result of poor diet

این حالت میتونه نتیجه رژیم غذایی بد

being too stressed

تحت استرس زیاد بودن

being dehydrated

کم آبی

not getting enough sleep

نداشتن خواب کافی

a dirty pillowcase

رو بالشتی کثیف

or they can also be hormonal

یا به خاطر دلایل هورمونی باشه

Yeah like PMS pimples (PMS=Premenstrual Syndrome)

بله مثل جوش های دوران قبل از پریود

But if these zits are caused by some treatment or a product

ولی اگه این جوش ها در نتیجه استفاده از روش درمانی خاصی یا یک محصول

then it's not a breakout

به وجود اومده باشن، دیگه اون breakout نیست

it's a skin purge.

بلکه پاکسازی پوسته.

If there's something the skin doesn't like

اگه چیزی باشه که پوست دوستش نداره

it will try to get rid of it

سعی میکنه از شرش خلاص بشه

by flushing all the 'bad' stuff out, in the form of spots.

و در قالب جوش، همه اون چیزای بد رو بریزه بیرون.

to be clear

واضح بگم

This doesn't necessarily mean a certain product is terrible

این لزوماً به این معنی نیست که فلان محصول خیلی بده

Think about when you use a face mask

به وقتایی که از ماسک صورت استفاده می کنید فکر کنید

usually, you get a few visible pimples the next day
معمولا روز بعدش یه چند تا جوش نمایان میشه

but this is just the mask drawing out the spots that have been lurking underneath the surface.

ولی این بخاطر اینه که اون ماسک هرچی که زیر پوست کمین کرده رو میکشه بیرون

So that's the difference between breaking out and purging.

پس این فرق بین پاکسازی پوست و جوش جوشی شدنه

In both cases

تو هر دو حالت

no picking,

کندن

squeezing

فشار دادن

or popping your pimples.

یا ترکوندن جوشها ممنوع

Aside from giving you scars

علاوه بر اینکه جای زخمش میمونه

it spreads bacteria

باکتری پخش میکنه

which can actually make you break out even more.

که در واقع شیوع جوش ها رو بیشتر میکنه

Remember

یادت باشه

acne is a skin condition

اکنه یه وضعیت پوستیه

which is controllable
که قابل کنترل هم هست

it's not a reflection of you or your self-worth.
آکنه نشون دهنده ی شخصیت یا ارزش تو نیست

Beauty comes from within
زیبایی از درون نشات میگیره

and no pimple (or multiple pimples)
و هیچ جوش یا جوش هایی

can stand in its way.
نمیتونن جلوشو بگیرن.

You are beautiful just the way you are.
تو همونطور که هستی، زیبایی.

Instagram and Telegram Channel: @zabanshenas_com

www.zabanshenas.com