

Các bước đơn giản tẩy tế bào chết cho da mặt tại nhà

Tẩy tế bào chết mặt là một công việc rất đơn giản nhưng mang lại rất nhiều lợi ích cho làn da giúp cho làn da trông sáng và mịn màng hơn. Và thực hiện tẩy tế bào chết cũng không tốn nhiều chi phí và thời gian của bạn. Sau đây là [cách tẩy tế bào chết cho da mặt tại nhà](#) đơn giản:

Bước 1: Làm nổi lỗ chân lông

Lỗ chân lông chính là nơi các tác nhân gây mụn như bụi bẩn, bã nhờn,... bám vào. Vì vậy trước khi tẩy da chết, bạn cần làm nổi lỗ chân lông để dễ dàng làm sạch da mặt hơn.

Có thể sử dụng máy xông hơi mặt hoặc đơn giản là rửa mặt bằng nước ấm. Bạn chỉ việc dùng khăn nhúng vào nước ấm rồi đắp lên mặt trong khoảng 5 phút. Lúc này lỗ chân lông của bạn sẽ nở ra và dễ dàng cho bước thứ 2 làm sạch và loại bỏ cặn bã trong da.

Bước 2: Rửa mặt sạch



Rửa mặt sạch nhẹ nhàng bằng loại sữa rửa mặt phù hợp

- Hãy rửa mặt nhẹ nhàng bằng loại sữa rửa mặt phù hợp với da của bạn, tốt nhất nên chọn loại dịu nhẹ có các thành phần chiết xuất từ thiên nhiên đồng thời có chứa hàm lượng giữ ẩm cần thiết.
- Thay vì rửa mặt bằng tay không đảm bảo vệ sinh, bạn hãy sử dụng miếng rửa mặt chuyên dụng để phát huy hết tác dụng của sữa rửa mặt và khả năng bảo vệ da mặt bạn nhé.
- Nên sử dụng nước ấm để rửa mặt, không nên sử dụng nước nóng bởi nó sẽ làm khô và sưng tấy các mao mạch trên da mặt bạn;
- Sau sữa rửa mặt đã sạch, bạn có thể luân phiên rửa nước ấm, rồi nước lạnh trong vòng 3 phút sẽ giúp da mặt bạn săn chắc hơn rất nhiều đấy.

Bước 3: Tẩy tế bào chết trên da mặt



Tẩy tế bào chết bằng dầu dừa và muối tinh trắng

- Tế bào chết sẽ cản trở việc hấp thụ chất dinh dưỡng của da đồng thời là nguyên nhân khiến mụn hình thành và phát triển nhanh chóng, chính vì thế các bạn hãy tẩy tế bào chết trên da mặt ít nhất 1 lần/1 tuần nhé.
- Bạn có thể [tẩy tế bào chết mặt](#) rất đơn giản, nhanh chóng bằng cách sử dụng hỗn hợp nước cốt chanh + đường trắng hoặc dầu dừa + muối tinh trắng và chà xát, massage nhẹ nhàng trên da mặt 15 phút rồi rửa mặt sạch với nước ấm là được.
- Bạn cần lưu ý trong quá trình [tẩy tế bào chết trên da mặt](#) chỉ nên massage nhẹ nhàng thôi kẻo gây tổn thương cho da nhé.

Bước 4: Rửa mặt sạch lần nữa



Rửa sạch mặt lên cuối

Lấy một chiếc khăn nhúng vào nước ấm và từ từ rửa sạch lớp tế bào sừng, tế bào chết trên mặt. Sau đó, bạn có thể tiếp tục đắp mặt nạ cho da được thư giãn hoặc massage da để da lấy lại độ căng mịn và đàn hồi tự nhiên. Nhớ là luôn rửa tay thật sạch trước khi chạm vào làn da của mình nhé!

Bước 5: Làm se lại chân lông

Nếu nước nóng làm nở các lỗ chân lông thì nước lạnh lại làm se chúng. Hãy vẩy nước lạnh lên mặt bạn liên tục, cố gắng đừng chạm vào mặt bạn. Lấy một viên đá nhỏ trong túi lạnh và thoa lên mặt, cách này sẽ giúp lỗ chân lông se lại nhanh chóng.

Sau đó dùng khăn mềm hay bông tẩy trang lau khô da mặt. Như vậy là bạn đã tẩy tế bào chết xong và có thể bắt đầu chăm sóc da mặt như bình thường.

*** 3 quy tắc cơ bản cần biết khi tẩy da chết**

- [Tẩy tế bào chết mặt](#) vào buổi đêm: Da của bạn hấp thụ các phương pháp điều trị một cách tốt nhất một khi bạn nghỉ ngơi nhanh quá trình tái tạo da, bởi vậy da mặt bạn sẽ đạt kết quả cao nhất với retinol hoặc vitamin C khi tẩy da chết vào buổi tối.

- Nếu bạn tẩy tế bào chết thường xuyên, hãy đảm bảo làn da của bạn còn được bảo vệ nhiều hơn: Chúng tôi đang nói đến việc bổ sung dầu tự nhiên cho da và các bác sĩ da liễu đều khuyên sử dụng dầu dừa nguyên chất bởi vì nó rẻ và an toàn cho mọi loại da.
- Không nên tẩy da chết quá nhiều: Nếu lỡ tẩy da chết quá nhiều trong một tuần, hãy cho làn da nghỉ ngơi 1 tuần sau đó. Dùng sữa rửa mặt nhẹ có chứa vitamin C hay trà xanh và không chứa các thành phần làm khô.

Trên đây là [cách tẩy tế bào chết cho da mặt tại nhà](#), hãy chăm sóc da mặt bằng cách [tẩy tế bào chết trên da mặt](#) 1-2/ tuần để có một làn da đẹp nhé ! Chúc các bạn ngày càng xinh đẹp!

Nguồn: Tổng hợp

Xem Thêm Các Sản Phẩm:

- [Serum dưỡng da mặt](#)
- [Khoáng xịt mặt](#)
- [Làm sạch da mặt](#)
- [Sữa rửa mặt dạng gel](#)
- [Tẩy tế bào chết cho da mặt](#)
- [Tẩy tế bào chết cho môi](#)
- [Các loại bb cream](#)
- [Chì kẻ lông mày](#)
- [Các loại mặt nạ](#)
- [Sữa tắm tẩy da chết](#)