

Mụn gây cho chúng ta rất nhiều bất tiện, đặc biệt là mụn mủ, nhưng bạn đừng quá lo lắng vì hiện nay có rất nhiều **cách trị mụn viêm mủ**. Nó không chỉ làm mất đi vẻ đẹp của khuôn mặt mà còn ảnh hưởng đến quá trình sinh hoạt hàng ngày. Qua bài viết dưới đây, chúng tôi sẽ cung cấp cho bạn những thông tin về loại mụn này, cụ thể là cách phân biệt, nguyên nhân và cách điều trị loại mụn này.

1. Những điều cần biết và cách trị mụn viêm mủ

Để biết **cách trị mụn viêm mủ** ta cần hiểu về các đặc tính của mụn viêm mủ

Mụn viêm mủ là gì?

Mụn mủ không giống như mụn thông thường mà nó là kết quả của quá trình viêm nhiễm trên bề mặt da. Mụn được hình thành khi lỗ chân lông bị tắc nghẽn do bã nhờn, bụi bẩn tích tụ, lớp trang điểm còn sót lại trên da hoặc do quá trình sừng hóa. Từ đó, tạo điều kiện thuận lợi cho vi khuẩn *Propionibacterium acnes* tấn công và trở thành mụn bọc.



Không loại bỏ được hết các cặn bã trên bề mặt da rất dễ khiến da bị mụn. Làm thế nào để biết? Mụn mủ thường bị nhầm lẫn với mụn bọc nhưng lại có tình trạng nghiêm trọng hơn do vùng lỗ chân lông bị mụn viêm nhiễm nặng, tạo thành ổ vi khuẩn ăn sâu, gây tổn thương thành mụn. Biểu hiện chung của mụn nang là xung quanh sưng đỏ và cứng, vùng mụn có chứa dịch màu vàng hoặc trắng – hay còn gọi là mủ. Mụn này rất dễ bị tổn thương nên khi vô tình sờ hoặc nặn không đúng cách sẽ khiến mụn bị vỡ ra, gây viêm nhiễm cho các vùng xung quanh. Đặc biệt, khi chạm vào bạn sẽ có cảm giác đau và thường sẽ để lại vết thâm không thể xóa nhòa sau khi mụn lành.



Mụn bọc mủ khác với mụn trứng cá ở chỗ có nhân là mủ trắng hoặc vàng Các giai đoạn tiến triển

Sự hình thành và tiến triển của mụn mủ được chia thành 3 giai đoạn:

- Giai đoạn 1: Mụn bị vi khuẩn tấn công và biến thành mụn mủ, những nốt mụn nhỏ bình thường, không nhận biết được.
- Giai đoạn 2: Mụn bắt đầu to hơn và sưng tấy. Lâu dần hình thành nhân chứa mủ màu vàng hoặc trắng. Lúc này, bạn không nên sờ tay vào mụn vì có thể khiến mụn bị chai, khó lành.
- Giai đoạn 3: Mụn chín và vỡ ra, khi vỡ ra có thể kèm theo máu. Vết thâm sẽ lành tùy thuộc vào loại da và mức độ sưng tấy của mụn.

2. Nguyên nhân gây ra mụn viêm mủ là gì?

Chúng ta thường cho rằng tính chất của từng loại da sẽ là nguyên nhân chính gây ra mụn, điều này không sai nhưng vẫn chưa đủ. Đặc biệt với mụn bọc mủ là loại mụn có thể mọc trên mọi loại da. Vậy nguyên nhân do những yếu tố nào? Chúng ta cùng tìm hiểu ngay sau đây.

Chức năng bài tiết bị gián đoạn

- Hệ bài tiết bị rối loạn là nguyên nhân khiến gan và thận hoạt động kém hiệu quả khiến cơ thể dễ bị nhiễm độc. Trong trường hợp này, để thay thế công việc của hệ bài tiết, cơ thể sẽ thúc đẩy hoạt động của hệ nội tiết. Vì vậy, nó đã góp phần ảnh hưởng đến chức năng tiết chất nhờn của nang lông, khiến da mặt luôn trong tình trạng bóng nhờn.



- Dầu tiết ra quá nhiều nhưng không thoát được hết gây bít tắc lỗ chân lông, tạo điều kiện thuận lợi cho mụn hình thành. Kết hợp với việc vệ sinh da không tốt, mụn cũng dễ phát sinh vì lý do này.
Do lối sống và thói quen ăn uống không phù hợp
- Khi chế độ ăn uống và sinh hoạt không khoa học, cơ thể sẽ dần rơi vào trạng thái căng thẳng. Từ đó, các chức năng của thận và gan cũng bị rối loạn, các bộ phận khác trong cơ thể không kịp thích ứng mà bị rối loạn. Vì vậy ảnh hưởng của việc ăn uống không lành mạnh, thời gian nghỉ ngơi và làm việc ngoài giờ sinh học là những nguyên nhân chính có thể gây ra mụn. Ngoài ra, nếu tình trạng kéo dài sẽ ảnh hưởng nghiêm trọng đến hệ nội tiết, nặng nhất là nhiễm độc gan.
Do di truyền
- Yếu tố di truyền cũng là nguyên nhân gây ra ở một số người. Cho đến nay, các chuyên gia vẫn chưa tìm ra chính xác yếu tố nào quyết định sự di truyền của loại mụn này. Tuy nhiên, những trường hợp bị mụn do ảnh hưởng của người thân trong gia đình, đến một thời điểm nhất định sẽ tự hết.

3. Cách chữa bằng thuốc

Như đã nói ở trên, nốt sần không phải là mụn thông thường mà là những nốt hình thành từ sâu dưới lỗ chân lông nên không thể điều trị đơn thuần bằng các loại thuốc trị mụn OTC thông thường. Khi bị mụn mủ, bạn nên tham khảo ý kiến của bác sĩ da liễu để được hướng dẫn điều

trị tùy theo tình trạng của bạn.

Bước đầu tiên để điều trị mụn nang là dùng thuốc bôi trực tiếp lên nốt mụn. Các loại thuốc thường được kê đơn là:

- Thuốc kháng sinh: vi khuẩn bị mắc kẹt trong lỗ chân lông sẽ bị tiêu diệt bởi thuốc kháng sinh.
- Benzoyl peroxide: loại bỏ bã nhờn và tẩy tế bào chết cho da.
- Salicylic Acid: Loại bỏ tận gốc các nốt sần nằm sâu dưới lỗ chân lông.
- Retinoids: là chất dẫn Vitamin A, giúp thông thoáng lỗ chân lông và kháng khuẩn.

Ngoài ra, các dưỡng chất có trong thực phẩm tự nhiên như: nano curcumin có trong nghệ, tinh chất hành tím, nha đam và vitamin E... cũng có thể hỗ trợ điều trị mụn. .



- Loại thuốc phổ biến nhất để điều trị mụn mủ là thuốc bôi

Trong trường hợp nặng, đã điều trị nhưng vẫn tái phát, bác sĩ sẽ kê cho bạn một loại thuốc gọi là kháng sinh uống. Loại này có tác dụng mạnh hơn trong việc loại bỏ vi khuẩn gây mụn, bên cạnh đó còn hạn chế tình trạng viêm nhiễm, sưng tấy. Tuy nhiên, chỉ nên dùng kháng sinh uống trong 7-10 ngày, tối đa là vài tháng. Nếu muốn điều trị triệt để lâu dài, bạn có thể hỏi ý kiến bác sĩ và sử dụng các loại thuốc khác như:

- Thuốc tránh thai: góp phần cân bằng nội tiết tố, giảm nguy cơ tăng tiết bã nhờn.
- Isotretinoin: là thuốc được chiết xuất từ vitamin A nhưng có tác dụng mạnh hơn retinoids. Đây là một loại thuốc sử dụng hàng ngày có tác dụng đối với mụn trứng cá và nốt sần. Tuy nhiên, hiệu quả không ngay lập tức mà phải vài tháng sau khi sử dụng mới cảm nhận được.

Nếu phương pháp điều trị bằng thuốc không mang lại hiệu quả cho bạn, bác sĩ sẽ chỉ định các

biện pháp mạnh hơn như sử dụng ánh sáng xanh, tia laser, tiêm thuốc, ...

4. Cách trị mụn viêm mủ tại nhà bằng liệu pháp tự nhiên Dầu oliu và bắp cải trị mụn, dưỡng ẩm



- Dầu oliu và bắp cải là hai loại thực phẩm rất tốt được dùng để dưỡng ẩm và điều trị các bệnh ngoài da, đặc biệt là với mụn mủ. Bạn có thể sử dụng hỗn hợp này để điều trị mụn mủ tại nhà.
- Đầu tiên, bạn rửa sạch bắp cải, để ráo nước. Tiếp theo, nghiền nát lá bắp cải và trộn với một vài thìa cà phê dầu ô liu. Sau đó, đắp hỗn hợp lên mặt, giữ khoảng 15 phút rồi rửa sạch.

Cách trị mụn mủ bằng nha đam tươi



- Nha đam tươi có đặc tính kháng khuẩn, chống oxy hóa và chống viêm cao. Chúng được

sử dụng rộng rãi trong điều trị mụn mủ và các bệnh ngoài da khác.

- Trước khi đi ngủ, bạn có thể dùng nước ép nha đam tươi hoặc cắt nha đam thành từng lát rồi đắp trực tiếp lên vùng da có mụn mủ, để qua đêm. Nhớ rửa sạch sau khi thức dậy vào sáng hôm sau nhé!
- Bạn cũng có thể dùng nha đam tươi thay cho cách rửa mặt truyền thống để ngăn mụn mủ quay trở lại và giúp da sáng mịn hơn.

Mặt nạ đất sét làm dịu da mụn



- Mặt nạ đất sét còn có khả năng làm dịu vùng da bị viêm do mụn mủ. Bột mặt nạ đất sét được bán rộng rãi trên thị trường và rất dễ sử dụng.
- Bạn chỉ cần trộn bột đất sét với nước thành hỗn hợp sền sệt, thoa đều lên mặt. Sau 15-20 phút, rửa sạch với nước. Sử dụng hai lần một tuần để có kết quả tốt nhất



Cách trị mụn bọc, mụn mủ bằng hành tây

- Hành tây chứa nhiều kali, selen, quercetin, vitamin C, chất chống oxy hóa và có tính kháng viêm cao giúp điều trị mụn mủ hiệu quả.
- Bạn có thể dùng nước ép hành tây để bôi trực tiếp lên vùng da có mụn trong vài ngày. Sau đó, bạn sẽ thấy mụn mủ nhanh chóng khô lại. Selenium trong hành tây cũng loại bỏ các gốc tự do, giúp hạn chế sẹo.

Tinh dầu từ thiên nhiên và nước



- Một số loại tinh dầu như tinh dầu trà hoặc tinh dầu hương thảo có tác dụng điều trị mụn mủ rất hiệu quả. Nếu da bạn hơi nhạy cảm, hãy pha loãng tinh dầu và thoa lên vùng mụn.

Chúng có thể giảm đau và giúp mụn nhọt nhanh lành hơn.

- Ngoài ra, uống nhiều nước là cách đơn giản nhất để điều trị mụn mủ. Uống khoảng 2 lít nước mỗi ngày sẽ giúp cơ thể dễ dàng đào thải độc tố, giảm viêm nhiễm.

5. Cách ngăn ngừa mụn viêm mủ

- Cách đơn giản nhất để ngăn ngừa mụn mủ là làm sạch da hàng ngày và không để da bị ngột ngạt bởi dầu thừa. Bạn nên rửa mặt ít nhất hai lần một ngày bằng sữa rửa mặt dành riêng cho da.
- Bất kể loại da của bạn là gì, tốt nhất bạn nên tránh các sản phẩm gốc dầu, vì dầu có thể làm tắc nghẽn lỗ chân lông, làm phát sinh mụn mủ.

6. Một số lưu ý khi chăm sóc da mụn viêm mủ.

Mụn mủ xuất hiện trên da mang đến nhiều phiền toái và mệt mỏi cho chúng ta. Mụn mủ không chỉ gây đau nhức, khó chịu mà còn khiến gương mặt bạn trông khó coi và kém sắc vô cùng.

Nếu không có những biện pháp điều trị dứt điểm và kịp thời sẽ khiến tình trạng này ngày càng nghiêm trọng, thậm chí gây viêm da, hủy hoại làn da của bạn.

Ngoài việc áp dụng các cách trị mụn tại nhà bằng phương pháp tự nhiên, bạn cũng cần lưu ý một số điều sau để làn da được khỏe mạnh và phục hồi nhanh chóng:

- Làm sạch da: Rửa mặt bằng các loại sữa rửa mặt dành cho da mụn có thành phần dịu nhẹ, lành tính sẽ an toàn hơn cho da. Rửa mặt ngày 2 lần vào buổi sáng và trước khi đi ngủ giúp làm sạch bụi bẩn, bã nhờn tích tụ sâu dưới lỗ chân lông, từ đó hạn chế tình trạng viêm tắc lỗ chân lông, ngăn ngừa mụn xuất hiện hiệu quả. .



Vệ sinh da sạch sẽ mỗi ngày sẽ giúp hạn chế nguy cơ nổi mụn mủ

- Hạn chế trang điểm: Khi da bị mụn, da sẽ khá yếu và nhạy cảm. Vì vậy, nếu có thể, bạn nên hạn chế trang điểm và sử dụng mỹ phẩm trên da. Bạn nên giữ da nhẹ nhàng, tự nhiên nhất có thể, da luôn được thông thoáng sẽ giúp quá trình điều trị mụn nhanh chóng được cải thiện.
- Bạn nên hạn chế sờ tay lên mặt và tuyệt đối không nên nặn mụn mủ vì nguy cơ nhiễm trùng da khá cao và tình trạng mụn có thể nghiêm trọng hơn. Để hết mụn mủ không chỉ đơn giản là lấy nhân mụn ra ngoài mà bạn cần phải làm sạch ổ viêm nhiễm bên trong. Muốn vậy, bạn phải đến các cơ sở y tế hoặc bác sĩ da liễu để được tư vấn tốt nhất.
- Chế độ ăn uống hợp lý: Bạn nên hạn chế các thức ăn gây kích thích như hải sản, đồ cay nóng, đồ ăn nhiều dầu mỡ; Kể cả đồ uống có chứa chất kích thích như rượu, bia hay thuốc lá... Bạn nên tăng cường thực phẩm giàu vitamin A, E và rau củ quả, thường xuyên uống các loại nước ép trái cây để tăng cường sức đề kháng và giúp da luôn khỏe mạnh, luôn mềm mại và mạnh mẽ.
- Tăng cường uống nhiều nước: Uống nhiều nước mỗi ngày là biện pháp tốt nhất cho những cô nàng da dầu mụn. Bạn nên bổ sung cho cơ thể từ 2 – 3 lít nước mỗi ngày để có thể tăng cường hoạt động và thanh lọc, đào thải độc tố cho cơ thể.
- Sử dụng kem trị mụn theo hướng dẫn của chuyên gia: Việc sử dụng kem trị mụn sẽ giúp bạn nhanh chóng đánh bay những nốt mụn xấu xí trên da. Tuy nhiên, phải tuân thủ

nghiêm ngặt quy định của bác sĩ, không được tự ý sử dụng các sản phẩm bên ngoài vì có thể gây ra những hậu quả xấu cho làn da của bạn.



- Thay đổi thói quen sống: Bạn cần xây dựng cho mình một thói quen sinh hoạt hợp lý để có thể cải thiện sức khỏe của làn da một cách tốt nhất. Theo đó, bạn không nên thức khuya, ngủ nướng mà không chăm sóc da đúng cách hàng ngày. Bên cạnh đó, bạn cũng cần giữ cho tinh thần luôn vui vẻ, lạc quan, hạn chế quá căng thẳng làm ảnh hưởng đến làn da.

Tổng kết

Mụn thì chắc hẳn đa số chúng ta đều gặp phải những mỗi người lại có những cách giải quyết và *cách trị mụn viêm mủ* khác nhau. Chỉ khi thử qua các phương pháp thì bạn sẽ biết đâu mới là giải pháp tốt nhất và thực sự hiệu quả cho làn da của mình.

Chỉ khi đã nắm rõ được bản chất và nguyên tắc của vấn đề thì chúng ta mới đưa ra được hướng đi tốt nhất, bạn phải hiểu được làn da bị mụn của mình đang cần gì nhất để bổ sung cho phù hợp. Hy vọng rằng với những chia sẻ trên đây sẽ giúp mọi người có thêm nhiều kinh nghiệm hơn trong việc chăm sóc một làn da bị mụn.

Xem thêm các thông tin mới tại: <https://trimunlamdep.com/>

The post [Cách trị mụn viêm mủ hiệu quả nhanh | Tránh thâm sẹo](#) appeared first on [Tổng hợp các cách trị mụn hiệu quả, các sản phẩm, kem, serum trị mụn tốt](#).

Nguồn: Cách trị mụn – Tổng hợp các cách trị mụn hiệu quả, các sản phẩm, kem, serum trị mụn tốt

<https://trimunlamdep.com/cach-tri-mun-viem-mu/>

<https://trimunlamdep.com>

Xem thêm tại: <https://drive.google.com/drive/folders/1dpsmV7ef0MwKdKFhuEUxI3J-su-Tajzn>