

Cách làm trắng da bằng trà xanh không những chỉ cách dùng bột trà xanh đắp mặt sao cho da đẹp mịn màng, mà mặt nạ bột trà xanh này sẽ làm nên điều kỳ diệu trong việc chống lão hóa.



Cách làm trắng da bằng trà xanh và lợi ích

Cách làm trắng da bằng trà xanh là một trong những ưu điểm của trà xanh tuy nhiên nó còn có rất nhiều công dụng khác

Giảm quầng thâm



Vùng da quanh mắt rất mỏng và nhạy cảm. Nó nên được điều trị cẩn thận khi xuất hiện quầng thâm. Chất làm se và vitamin K có trong trà xanh giúp điều trị hiệu quả bọng mắt và quầng thâm.

Làm lành vết thương

Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng trà xanh có hiệu quả trong việc chữa các bệnh ngoài da như bỏng, lở loét hoặc mụn cóc.

Phục hồi da cháy nắng

Da bạn bị ảnh hưởng bởi tia UV từ ánh nắng mặt trời sẽ có biểu hiện như cháy nắng và mẩn đỏ. Bạn chỉ cần thoa một ít bột trà xanh lên vùng da bị mẩn đỏ là có thể giúp bạn giảm cảm giác đau rát và lấy lại làn da trắng sáng hiệu quả.



Ngăn ngừa lão hóa da

Nhiều nghiên cứu khoa học cho thấy trà xanh có tác dụng chống lão hóa nhờ chứa nhiều loại vitamin và axit amin.

Làm sạch da và ngăn ngừa mụn



Nhờ thành phần axit có tác dụng chống oxy hóa nên trà xanh có thể làm giảm các tình trạng viêm nhiễm trên da, từ đó hạn chế khả năng xuất hiện mụn.

Công thức làm trắng da bằng bột trà xanh Uống trà xanh bột



Uống bột trà xanh không chỉ rất tốt cho sức khỏe, ngăn ngừa ung thư mà còn hỗ trợ làm đẹp da, chống oxy hóa da từ bên trong. Bạn có thể dùng 1 thìa bột trà xanh và pha với nước ấm để uống hàng ngày.

Rửa mặt bằng bột trà xanh

Bạn có thể dùng nước trà xanh thay thế sữa rửa mặt hàng ngày để làm sạch da, ngăn ngừa hình thành mụn và làm trắng da. Cách làm rất đơn giản, bạn chỉ cần dùng 1 thìa bột trà xanh hòa tan với một ít nước rồi thoa đều lên mặt, massage và rửa sạch mặt với nước.

Mặt nạ bột trà xanh nguyên chất

Chuẩn bị

- 2 thìa cà phê bột trà xanh.
- 1 cốc nước sạch.

**Cách làm**

- Cho bột trà xanh vào âu sạch.
- Nhỏ từng giọt nước vào bát trà xanh và khuấy đều cho đến khi hỗn hợp hơi đặc lại thì dừng lại.
- Rửa sạch mặt bằng nước ấm rồi thoa đều hỗn hợp lên mặt.
- Nằm thư giãn khoảng 20 – 30 phút thì rửa sạch mặt.

Mặt nạ trà xanh cho da nhờn với chanh và mật ong

Mặt nạ trà xanh cho da nhờn với chanh và mật ong

**Chuẩn bị**

- 1 thìa cà phê bột trà xanh.
- 1 thìa cà phê mật ong.
- 2-3 giọt nước cốt chanh.

Cách làm

- Trộn bột trà xanh với mật ong nguyên chất và vài giọt nước cốt chanh để tăng hiệu quả làm trắng da.
- Sau khi rửa mặt sạch, thoa đều hỗn hợp lên da, massage nhẹ nhàng khoảng 15-20 phút rồi rửa sạch mặt với nước mát.
- Thực hiện lặp lại 2-3 lần / tuần để có được làn da trắng mịn như mong muốn.

Bột trà xanh trị mụn với giấm táo



Với loại mặt nạ này sẽ giúp da bớt bóng dầu, trị mụn, giúp da sáng mịn.

Chuẩn bị

- 2 thìa cà phê bột trà xanh.
- 1 thìa giấm táo.

Cách làm

- Bạn cho bột trà xanh vào bát sau đó cho giấm táo vào để được hỗn hợp đặc sệt.
- Làm sạch da mặt rồi thoa đều hỗn hợp lên da.
- Thư giãn trong vòng 20 – 30 phút rồi rửa sạch bằng nước ấm.

Làm trắng da bằng trà xanh và sữa chua không đường



Đây là mặt nạ làm trắng da dành cho da khô. Ngoài ra, loại mặt nạ này còn có tác dụng hạn chế thâm nám, trẻ hóa làn da.

Chuẩn bị

- 1 thìa sữa chua không đường.
- 2 thìa cà phê bột trà xanh.

Cách làm

- Bạn cho bột trà xanh và sữa chua vào âu sạch theo tỉ lệ 1: 2 rồi trộn đều cho đến khi được hỗn hợp mịn.
- Rửa sạch mặt bằng nước ấm rồi thoa đều hỗn hợp lên mặt.
- Sau khoảng 20 – 30 phút, bạn rửa lại mặt bằng nước sạch.

Mặt nạ trà xanh sữa tươi không đường



Đây là loại mặt nạ dành cho da lão hóa, có tác dụng dưỡng ẩm, làm mờ nếp nhăn hiệu quả. Áp dụng đều đặn 2 tuần / lần, sau một thời gian ngắn, bạn sẽ thấy làn da được cải thiện rõ rệt nhờ tinh chất có trong trà xanh giúp làm trắng da và sữa tươi giúp da trở nên mịn màng hơn.

Chuẩn bị

- 2 thìa cà phê bột trà xanh.
- 1 thìa sữa tươi không đường.

Cách làm

- Bạn trộn bột trà xanh với sữa tươi để tạo thành hỗn hợp sền sệt vừa đủ.
- Làm sạch da mặt sau đó thoa hỗn hợp lên mặt và sau 20 – 30 phút thì rửa sạch.

Mặt nạ trà xanh và nha đam trị râm nắng

**Chuẩn bị**

- 1 lá nha đam tươi.
- 1 thìa cà phê bột trà xanh.

Cách làm

- Bạn lấy lá nha đam, rửa sạch, gọt bỏ lớp vỏ xanh cứng bên ngoài. Dùng thìa nhỏ nạo lấy phần gel bên trong của lá nha đam.
- Nghiền nát phần gel trong này và trộn với 1 thìa bột trà xanh. Có thể thêm 1 thìa mật ong để tăng tác dụng.
- Sau đó, rửa mặt sạch rồi thoa đều hỗn hợp này lên da, massage và để khô trong vòng 15 – 20 phút rồi rửa sạch.

Mặt nạ trà xanh làm trắng da nhờn với chanh và bột gạo

**Chuẩn bị**

- Bột trà xanh: 1 thìa cà phê
- Bột gạo: 1 thìa cà phê
- Chanh: 1 quả

Cách làm

- Trộn đều bột gạo và bột trà xanh với nhau, sau đó vắt nước cốt chanh vào và đánh cho hỗn hợp thành một hỗn hợp đặc sệt.
- Làm sạch da mặt bằng sữa rửa mặt, thoa đều hỗn hợp lên khắp mặt.
- Massage nhẹ nhàng từ dưới lên để tránh da bị chảy xệ, nằm thư giãn trong vòng 15 – 20 phút rồi rửa sạch lại bằng nước lạnh.

Mặt nạ trà xanh làm trắng da cho da nhờn với cà chua



Chuẩn bị

- Bột trà xanh: 1 thìa cà phê
- Cà chua: 1 quả

Cách làm

- Cà chua bạn bỏ vỏ và ruột, phần thịt bên trong ép lấy nước.
- Sau đó trộn đều thành hỗn hợp sền sệt, thoa đều hỗn hợp lên mặt và massage cơ mặt.
- Thư giãn trong vòng 15 – 20 phút và rửa sạch mặt với nước.

Mặt nạ trà xanh làm trắng da dầu với mật ong

**Chuẩn bị**

- Bột trà xanh: 1 thìa cà phê
- Mật ong: 1 thìa cà phê

Cách làm

- Trộn đều bột trà xanh và mật ong thành hỗn hợp sền sệt.
- Nếu hỗn hợp quá đặc, bạn có thể cho thêm một chút nước để hỗn hợp mịn hơn.
- Sau đó, bạn thoa đều hỗn hợp lên mặt và massage từ dưới lên.
- Nằm thư giãn trong vòng 15-20 phút để các dưỡng chất thẩm thấu hết vào da rồi rửa mặt thật sạch với nước.

Mặt nạ trà xanh làm trắng da dầu với bơ

**Chuẩn bị**

- Bột trà xanh: 1 thìa cà phê
- Bơ: 1/2 quả

Cách làm

- Cho hỗn hợp trên vào một chiếc bát nhỏ và trộn đều thành hỗn hợp nhuyễn.
- Bọn thoa đều hỗn hợp lên mặt và thư giãn trong vòng 15 – 20 phút cho các dưỡng chất thẩm thấu vào da giúp se khít lỗ chân lông và thúc đẩy quá trình tái tạo da.
- Sau đó rửa mặt thật sạch bằng nước lạnh.

Mặt nạ trà xanh ngừa mụn với bột trà xanh và nghệ

**Chuẩn bị**

- Tinh bột nghệ: 1 thìa cà phê
- Bột trà xanh: 1 thìa cà phê

Cách làm

- Trộn đều hỗn hợp trên thành hỗn hợp nhuyễn mịn, có thể thêm một chút sữa chua hoặc sữa tươi nếu hỗn hợp quá đặc.
- Bận thoa đều hỗn hợp lên mặt và massage từ dưới lên, thư giãn trong vòng 15 – 20 phút rồi rửa mặt thật sạch với nước.

Mặt nạ trắng da từ bột trà xanh và lá rau má

**Chuẩn bị**

- Bột trà xanh: 2 thìa cà phê
- Bột rau má: 2 muỗng canh
- Nước: 2 muỗng canh

Cách làm

- Xay đều hỗn hợp thành một hỗn hợp mịn, không quá đặc cũng không quá lỏng.
- Rửa mặt thật sạch bằng sữa rửa mặt và nước ấm để lỗ chân lông mở ra, hấp thụ dưỡng chất nhanh hơn.
- Thư giãn trong vòng 15 – 20 phút và rửa mặt thật sạch với nước.

Mặt nạ trà xanh làm trắng da bột yến mạch



Chuẩn bị

- Bột yến mạch: 1 thìa cà phê
- Bột trà xanh: 1 thìa cà phê
- Mật ong: 1 thìa cà phê
- Nước: 1 thìa

Cách làm

- Trộn đều hỗn hợp thành một hỗn hợp mịn không quá khô hoặc quá lỏng.
- Thoa đều hỗn hợp lên mặt kết hợp massage nhẹ nhàng trong vòng 15 – 20 phút.
- Sau đó rửa mặt thật sạch với nước và để khô tự nhiên.

Mặt nạ trà xanh và dầu dừa



Dầu dừa dưỡng ẩm cho da, giúp da trắng sáng và mềm mại. Khi kết hợp với bột trà xanh sẽ phát huy tác dụng tiêu diệt vi khuẩn gây mụn, cho bạn làn da khỏe đẹp hơn.

Chuẩn bị

- Trà xanh dạng bột: 3 muỗng canh
- Dầu dừa: 1 thìa cà phê
- Nước chanh: 1 thìa cà phê

Cách làm

- Bạn cho các nguyên liệu đã chuẩn bị vào để tạo thành hỗn hợp sền sệt.
- Làm sạch da bằng nước ấm, lau khô rồi thoa đều hỗn hợp lên da, massage nhẹ nhàng và để khoảng 15 phút.
- Khi mặt nạ hơi se lại, rửa sạch mặt bằng nước lạnh.

Mặt nạ kết hợp giữa trà xanh, cà chua và sữa tươi

**Chuẩn bị**

- Cà chua
- Trà xanh dạng bột: 3 muỗng canh

Cách làm

- Bạn dùng $\frac{1}{2}$ quả cà chua đã rửa sạch, bỏ vỏ, bỏ hạt và thái nhỏ.
- Cho cà chua, bột trà xanh vào trộn đều, thêm từ từ sữa tươi vừa đủ để tạo thành hỗn hợp sền sệt.
- Dùng hỗn hợp vừa tạo đắp lên mặt khoảng 20 – 30 phút để dưỡng chất thấm đều, sau đó rửa mặt thật sạch bằng nước lạnh.

Làm trắng da toàn thân bằng bột trà xanh chanh và sữa tươi không đường



Cách làm trắng da toàn thân tự nhiên không chỉ mang lại cho bạn làn da mịn màng mà còn phục hồi làn da khô, sừng và da chết giúp tái tạo lớp da mới trắng sáng đều màu.

Chuẩn bị

- Trà xanh dạng bột: 3 thìa cà phê
- Sữa tươi không đường: 1 gói
- Mật ong: 3 muỗng canh
- Nước chanh: 1 thìa cà phê

Cách làm

- Trộn đều cho đến khi hỗn hợp trở nên mịn.
- Tắm lại bằng nước ấm để lỗ chân lông mở và dễ dàng hấp thụ dưỡng chất nhanh hơn.
- Thoa đều hỗn hợp lên khắp cơ thể và massage nhẹ nhàng. Thư giãn trong 20 phút và rửa sạch bằng nước lạnh.

Lưu ý

- Khi sử dụng loại mặt nạ này, bạn nên che chắn cẩn thận và thoa kem chống nắng để tránh tia UV rất có hại cho da mặt.



- Với những loại mặt nạ tự nhiên này, bạn phải kiên trì và đều đặn 2 đến 3 lần / tuần thì mới thu được hiệu quả như mong muốn.
- Lớp mặt nạ không nên quá dày cũng không quá mỏng. Nếu đắp mặt nạ quá mỏng, da sẽ không thể hấp thụ được các dưỡng chất, còn nếu đắp quá dày thì lỗ chân lông sẽ bị bít kín và da không thể hấp thụ được các dưỡng chất.
- Sau khi đắp mặt nạ, bạn cần thực hiện thêm các bước chăm sóc cơ bản như toner, serum, kem dưỡng ẩm để làn da được chăm sóc tối ưu.



- Bạn cần tìm hiểu kỹ và chọn mua những nguyên liệu tự nhiên từ những cửa hàng uy tín, tránh mua phải hàng giả gây ảnh hưởng không tốt cho da mặt.

Tổng kết

Trên đây là một số hướng dẫn *cách làm trắng da bằng trà xanh* cực kỳ đơn giản và hiệu quả. Mang lại làn da trắng sáng mịn màng mà không cần tốn nhiều chi phí. Đặc biệt với những sản phẩm thiên nhiên này bạn hoàn toàn yên tâm sử dụng an toàn, không bị kích ứng.

Xem thêm các thông tin mới tại: <https://trangda.vip/>

Bài viết [18+ cách làm trắng da bằng trà xanh cấp tốc tại nhà | Hướng dẫn, lưu ý](#) đã xuất hiện đầu tiên vào ngày [TRANGDA.VIP](#).

Nguồn: Cách làm trắng da – TRANGDA.VIP

<https://trangda.vip/cach-lam-trang-da-bang-tra-xanh/>

<https://trangda.vip>

Xem thêm tại: <https://drive.google.com/drive/folders/1Z8Bo0COi5-3No-1gDNAZLZYy0IH0rS5p>