Khi tìm **cách trị mụn ẩn cho bà bầu**, chị em thường có xu hướng lựa chọn những giải pháp nhẹ nhàng, ít gây hại cho da. Vì vậy, bài viết này Cách trị mụn ẩn sẽ bật mí tất tần tật những cách làm đẹp an toàn nhất, chắc chắn sẽ “chinh phục” được sự hài lòng của bạn.

Cách trị mụn ẩn cho bà bầu có tác dụng gì?

Cách trị mụn ẩn cho bà bầu có tác dụng gì? Mang thai là thời kỳ dễ xuất hiện mụn ở phụ nữ. Có người trước đây da mặt mịn màng nhưng lại bị mụn khi mang thai. Tình trạng này có thể nặng, nhẹ, giải quyết nhanh chóng hoặc kéo dài trong suốt thời gian đau đẻ.

Trước khi đi tìm cách trị mụn cho bà bầu, bạn cần hiểu rõ nguyên nhân vì sao cơ thể lại nổi mụn trong giai đoạn này. Theo các chuyên gia, nguyên nhân chính gây ra tình trạng mụn ở mặt và lưng của phụ nữ mang thai là do sự biến động nội tiết tố trong cơ thể.

Giai đoạn mang bầu có sự biến đổi mạnh về hormone khiến mụn phát sinh trên da

Mang thai làm cho nội tiết tố nữ estrogen phát sinh mạnh mẽ và được biểu hiện trên da chính là mụn trứng cá. Ngoài ra, thường xuyên mệt mỏi, ốm nghén và suy dinh dưỡng cũng có thể khiến làn da của bà bầu kém mịn màng.

Thông thường, chị em thường gặp phải tình trạng mụn trứng cá, mụn bọc ở mũi, mặt hoặc lưng. Nó có thể là một hoặc hai hoặc nó có thể lan rộng và dày đặc ở bất kỳ vùng nào trên cơ thể. Cách trị mụn cho mẹ bầu trong thời kỳ mang thai giúp khắc phục những tình trạng trên và mang lại làn da mịn màng.

Cách trị mụn cho mẹ bầu an toàn tại nhà

Có rất nhiều mẹo dân gian sử dụng các nguyên liệu tự nhiên để trị mụn khi mang thai.

Trị mụn bằng tinh bột nghệ

Từ xưa đến nay, nghệ luôn là vị cứu tinh đáng tin cậy cho làn da nhiều vết thâm sau mụn. Tinh chất Curcumin có khả năng kháng khuẩn, tiêu viêm, tái tạo và cân bằng da nhanh chóng. Đắp mặt nạ tinh bột nghệ thường xuyên sẽ khiến các vết thâm nám dần biến mất. Da trở nên mịn màng hơn, đồng đều và sáng hơn rõ rệt.

Phụ nữ mang thai có thể sử dụng thành phần này một cách an toàn vì nó rất lành tính. Kể cả

nghệ tươi và bột nghệ đều có thể áp dụng cho mọi loại da mà không sợ bị kích ứng hay xảy ra bất cứ tác dụng phụ nào.

Cách làm:

- Kết hợp 1 thìa bột nghệ với 1 thìa sữa chua không đường.
- Con mồi kết hợp tốt với nghệ và sữa chua.
- Đắp mặt nạ nghệ sữa chua lên mặt, để trong 15 phút rồi rửa sạch.

Trị mụn bằng khổ qua

Khổ qua hay còn được gọi là mướp đắng, nó không chỉ là thực phẩm giúp tạo ra những món ăn ngon mà còn là vị thuốc chữa được nhiều bệnh. Một trong số đó là công dụng trị mụn.

Nhờ có vị đắng nên mướp đắng chứa nhiều vitamin C, B, protein và khoáng chất có giá trị dinh dưỡng đặc biệt cao. Các dưỡng chất này có tác dụng diệt khuẩn, kháng khuẩn và làm lành vết thương trên da. Ngoài ra, mướp đắng còn hỗ trợ trong việc ngăn ngừa các vết thâm, sẹo sau mụn một cách rất tốt. Nhờ vậy, các vết thâm mụn nhanh chóng bị xóa mờ sau một thời gian sử dụng mướp đắng cho bà bầu.

Cách làm:

- Chuẩn bị một quả bí đắng, rửa sạch, cắt lát mỏng
- Rửa mặt thật sạch rồi thoa đều hỗn hợp này lên mặt, đắp lên những vùng da bị mụn.
- Giữ nguyên trong khoảng 15 phút, sau đó rửa sạch

Riêng với cách trị mụn bằng mướp đắng, mẹ bầu nên thực hiện cách này vào mỗi tối để tăng hiệu quả trị mụn nhanh hơn.

Trị mụn bằng rau má

Rau má được coi là một loại thuốc quý, nó chứa rất nhiều dưỡng chất, đặc biệt là hoạt chất Saponin có tác dụng kích thích hình thành collagen giúp phục hồi tổn thương do mụn và trẻ hóa làn da nhanh chóng. Ngoài ra, rau má còn giúp khử trùng, kháng khuẩn, ngăn ngừa viêm nhiễm, làm sạch cơ thể, …

Nhờ vậy mà rau má trị mụn, xóa thâm sau mụn, táo bón, thiếu sữa sau sinh… rất hiệu quả. Nhờ vậy, mẹ bầu có thể sử dụng rau má để loại bỏ những nốt mụn xấu xí theo phương pháp dưới đây.

Cách làm:

- Chuẩn bị 200 gram rau tần ô, cắt bỏ rễ và lá hư, rửa sạch, thái nhỏ
- Lọc bỏ bã rau má, để dành nước ép
- Rửa mặt thật sạch, sau đó thoa nước cốt Goto Cola lên mặt, thoa nhiều lên các vùng da bị mụn và thâm
- Nằm thư giãn khoảng 15 – 20 phút rồi rửa sạch mặt với nước mát

Cách trị mụn bằng rau má cho bà bầu vừa loại bỏ mụn hiệu quả vừa an toàn để loại bỏ mụn cho em bé. Sau đó áp dụng 2-3 lần / tuần để nhận thấy sự thay đổi rõ ràng nhất của làn da.

Trị mụn bằng mật ong

Do trong thành phần có chứa nhiều vitamin và axit amin nên mật ong giúp kiềm chế vi khuẩn gây mụn một cách rất tốt. Bên cạnh đó, chất tự nhiên này còn hỗ trợ làm sạch sâu lỗ chân lông

và chống lại quá trình oxy hóa sớm cho da. Làn da bị mụn sẽ nhanh chóng phục hồi chỉ sau vài lần thoa mật ong lên mặt.

- Việc làm sạch da là bắt buộc để đảm bảo loại bỏ hết vi khuẩn và bụi bẩn trên da.
- Lấy 1 thìa mật ong, nước cốt 1/2 quả chanh trộn đều.
- Đắp mặt nạ tập trung vào vùng mụn cần điều trị.

Trị mụn bằng dầu dừa

Dầu dừa rất được tin dùng trong việc làm đẹp da vì rất giàu dưỡng chất và hoàn toàn lành tính, kể cả những người có làn da nhạy cảm cũng có thể sử dụng được. Mẹ bầu có thể tận dụng nguyên liệu tự nhiên này để giúp diệt khuẩn, giảm viêm nhiễm nhanh chóng. Ngoài tác dụng giảm mụn hiệu quả, chiết xuất dầu dừa còn hỗ trợ giảm thâm, làm sáng da và trị rạn da sau sinh.

Cách làm:

- Làm sạch da, thoa trực tiếp dầu dừa và nhai nhẹ nhàng trong 5 phút.
- Sau 10 phút, rửa sạch lớp dầu dừa trên da bằng nước ấm.
- Tiếp tục vỗ nước mát để se khít lỗ chân lông.
- Hãy thực hiện theo các bước chăm sóc da sau để làn da được chăm sóc tốt nhất.

Trị mụn bằng nha đam

Với da mặt khô ráp, sần sùi và có nhiều mụn trong thời kỳ đầu mang thai, đắp mặt nạ nha đam sẽ giúp cải thiện đáng kể. Da sẽ được cấp ẩm và trở nên mềm mại hơn. Bên cạnh đó, tình trạng sưng tấy của mụn cũng thuyên giảm nhanh chóng chỉ sau vài lần đắp mặt.

Tuy hiệu quả mà nha đam mang lại là không thể phủ nhận nhưng không phải ai cũng phù hợp với loại chất này. Nha đam có thể gây kích ứng ở da quá nhạy cảm. Do đó, hãy kiểm tra nhẹ vùng cổ tay để kiểm tra phản ứng trước khi đặt lên mặt.

Cách làm:

- Gọt vỏ nha đam, cắt miếng nhỏ rồi ngâm vào dung dịch nước muối loãng.
- Để trong 30 phút cho nhựa nha đam rửa sạch hoàn toàn.
- Xay nhuyễn nha đam rồi đắp lên vùng da bị mụn
- Để trong 15 phút và sau đó rửa sạch bằng nước mát.
- Sử dụng toner để khôi phục lại sự cân bằng cho làn da của bạn.

Trị mụn bằng lá tía tô

Được biết đến là một loại cây thảo dược có nguồn gốc từ xa xưa, cây đinh lăng có thể giúp mẹ bầu “tẩy sạch” các nốt mụn chỉ sau vài lần áp dụng.

Tinh dầu có đặc tính chống vi khuẩn rất hữu ích và hỗ trợ quá trình xây dựng lại tế bào mới, lấp đầy những tổn thương trên da. Hơn thế nữa, các vết thâm, sẹo cũng sẽ được điều trị nhanh chóng, khôi phục lại sự mịn màng và tươi trẻ.

Cách làm:

- Rửa sạch 30 lá tía tô rồi đun sôi với 3 lít nước.
- Vắt chanh vào nước tía tô để tăng tính sát khuẩn.
- Vớt bỏ lá đinh lăng, chỉ giữ lại phần nước để rửa mặt.

Sử dụng kem trị mụn phù hợp với mẹ bầu

Ngoài những cách trị mụn bằng nguyên liệu tự nhiên kể trên, mẹ bầu có thể tham khảo thêm một số cách trị mụn bằng kem được chị em review nhiều trên chuyên trang Diễn đàn làm đẹp dưới đây.

Kem trị mụn La Roche Posay Duo+

La Roche Posay là thương hiệu đến từ Pháp và có tiếng trên thị trường Việt Nam. Vì nó rất

được các chị em ưa chuộng và sử dụng. Cụ thể, kem trị mụn Duo + có chứa các thành phần như Salicylic Acid, Niacinamide, Targeted Linoleic Acid, Piroctone Olamine,..
Tất cả đều là những chiết xuất có tác dụng giảm sưng tấy, kháng khuẩn, tiêu viêm và đặc biệt rất tốt trong việc thu cồi mụn. Bên cạnh đó, nó còn làm sạch bụi bẩn, mỡ thừa trên da, đồng thời ngăn ngừa mụn và làm dịu sẹo mụn.

Kim trị mụn La Roche Posay Duo+
Sản phẩm này phù hợp với những bà bầu có làn da dầu và da hỗn hợp. Do đó, các bà mẹ tương lai nên thử cách này bằng cách thoa kem trị mụn này vào buổi sáng khi thức dậy và buổi tối trước khi đi ngủ.
Kem trị mụn Pair
Đây là dòng kem có xuất xứ từ Nhật Bản, được các chuyên gia, beauty blogger khuyên dùng và được nhiều chị em kiểm chứng bởi hiệu quả và độ an toàn rất cao. Công dụng của sản phẩm này là tiêu diệt tận gốc nhân mụn, giảm sưng viêm, ngừa thâm nhanh chóng. Nhờ vậy mà các nốt mụn nhanh chóng xẹp đi, thu còi và dần biến mất. Vì vậy, các bà bầu có thể yên tâm sử dụng sản phẩm này để loại bỏ mụn cho mình.

Kem trị mụn Pair
Kem trị mụn này bạn chỉ nên sử dụng vào mỗi buổi tối trước khi ngủ và sau khi làm sạch da.
Serum trị mụn Caryophy Portulaca Ampoule
Caryophy Portulaca Ampoule là sản phẩm trị mụn đến từ Hàn Quốc được chiết xuất hoàn toàn từ các thảo dược thiên nhiên như rau má, rau sam, lá nhân trần, cùng một số thảo dược khác. Đây cũng là công dụng của dòng kem trị mụn này nên rất an toàn và lành tính cho làn da của mẹ bầu.
Nhờ các thành phần trong sản phẩm có tác dụng rất tốt trong việc điều trị mụn. Cụ thể Caryophy Portulaca Ampoule có tác dụng loại bỏ bã nhờn, tiêu độc, kháng khuẩn, giảm viêm và ngăn ngừa mụn hình thành. Bên cạnh đó, nó còn có tác dụng kích thích sản sinh collagen giúp da tăng liên kết các mô, sửa chữa những tổn thương trên da và tái tạo làn da mới mịn màng hơn.

Serum trị mụn cho bà bầu Caryophy Portulaca Ampoule

Chỉ cần thoa ngày 2 lần lên nốt mụn, sau một thời gian bạn sẽ thấy da dần sạch mụn, đều màu da, lỗ chân lông được thu nhỏ.

Hầu hết các cách trị mụn trên đều an toàn, lành tính với làn da của bà bầu nhưng lại có nhược điểm là hiệu quả không nhanh chóng, bà bầu phải kiên nhẫn duy trì sử dụng hàng ngày và lâu dài nếu muốn trị mụn nhanh chóng. , hiệu quả và an toàn, họ nên chọn Mỹ phẩm được xem xét và tư vấn về phác đồ điều trị hiệu quả.

Trị mụn cho mẹ bầu từ bên trong

Làn da đẹp bên ngoài thôi chưa đủ, bà bầu nên chú ý chăm sóc da từ trong ra ngoài bằng cách ăn những thực phẩm giàu dinh dưỡng và tốt cho sức khỏe với trái cây tươi và rau xanh, bổ sung protein và chất béo tốt cho quả bơ và các loại hạt. Tránh các loại đường tinh luyện và thức ăn cay không tốt cho thai nhi.

Uống nhiều nước và tránh đồ uống có chất kích thích. Nghỉ ngơi, thư giãn mỗi ngày kết hợp với chế độ ăn uống hợp lý, tập thể dục nhẹ nhàng và giữ gìn tinh thần, tránh để tinh thần căng thẳng, mệt mỏi là cách trị mụn cho bà bầu tuy mất thời gian, lâu dài nhưng cũng mang lại hiệu quả tốt cho nhiều người.

Biện pháp ngăn ngừa mụn hiệu quả

Bên cạnh những cách trị mụn cho bà bầu, bạn cần chú ý đến thói quen sinh hoạt của mình để hạn chế mụn mọc nhiều hơn.

- Sử dụng sữa rửa mặt dịu nhẹ: Bước này bạn cần thực sự lưu ý khi rửa mặt để không làm tổn thương da nhưng vẫn đảm bảo da sạch sẽ.
- Hạn chế việc lột quá nhiều lần, chỉ nên áp dụng 1 lần / tuần.
- Khi mụn bùng phát nhiều trên da nên hạn chế đắp mặt nạ dưỡng hoặc dùng kem trộn.

- Bạn nên gội đầu thường xuyên để ngăn ngừa và giảm mụn quanh chân tóc.
- Sinh hoạt theo thói quen đi ngủ sớm và ngủ cả đêm để đảm bảo sức khỏe cho mẹ và bé

- Không sử dụng đồ uống có cồn và chất kích thích.
- Ưu tiên sử dụng các sản phẩm chăm sóc da có nhãn “non-comedogenic” – không gây mụn.

Lưu ý cần tránh

Để giảm tình trạng mụn trứng cá và không bị nặng hơn khi mang thai, mẹ bầu cần lưu ý những lời khuyên sau:

Không tự ý sử dụng các loại kem trị mụn

Kem trị mụn là sản phẩm có thể bị làm giả rất dễ dàng, khi sử dụng sẽ gây ra vô số tác dụng phụ như: mẩn ngứa, viêm loét da, mẩn đỏ… thậm chí sẽ ảnh hưởng không tốt đến em bé. Bên cạnh đó, mỗi dòng kem đều có những đặc tính riêng, phù hợp với từng loại da và mức độ nặng nhẹ của mụn. Nếu bạn không có kiến thức đặc biệt thì rất khó để chọn được SP phù hợp.

Vì vậy, chị em nên tham khảo ý kiến của bác sĩ chuyên khoa để được hướng dẫn cách điều trị mụn hiệu quả, tránh những trường hợp đáng tiếc xảy ra.

Không cậy hoặc nặn mụn tại nhà

Một trong những điều tối kỵ khi trị mụn mà bạn cần biết đó là không được tự tay nặn mụn. Bởi đó là hành động “tiếp tay” cho vi khuẩn, mụn trứng cá sinh sôi, lây lan nhanh chóng và tăng sức công phá.

Đặc biệt, đối với những trường hợp bị mụn khi không vệ sinh tay, mặt, dụng cụ… làn da sẽ bị tổn thương nặng hơn và để lại nhiều vết thâm, sần sùi và mất thiện cảm.

Thay vào đó, các bà bầu nên chăm sóc da cẩn thận hơn và lựa chọn các phương pháp điều trị khoa học chuẩn để có được làn da như ý.

Tổng kết

Tất tần tật những *cách trị mụn ẩn cho bà bầu* từ nguyên liệu tự nhiên đến hiện đại mà mình đã chia sẻ đều rất hữu ích. Căn cứ vào tình trạng da của mình, bạn sẽ biết để quyết định lựa chọn phương pháp khắc phục phù hợp nhất để duy trì vẻ đẹp tươi trẻ.

Bài viết Cách trị mụn ẩn cho bà bầu an toàn, hiệu quả nhất | Công thức đơn giản, sản phẩm tốt, lưu ý đã xuất hiện đầu tiên vào ngày CÁCH TRỊ MỤN ẨN.

Nguồn: CÁCH TRỊ MỤN ẨN
https://cachtrimunan.com/cach-tri-mun-an-cho-ba-bau/
https://cachtrimunan.com
Xem thêm tại:
https://drive.google.com/drive/folders/1aDCGA42mUIdpcm_qWkak0pUA7EGS9Uc7