

Ngày nay, chị em mách nhau **cách làm trắng da bằng tảo xoắn** này. Hiện nay, có rất nhiều công thức làm đẹp từ tảo xoắn nhưng chị em không biết lựa chọn công thức nào phù hợp với làn da của mình. Bài viết dưới đây là công thức cơ bản và được nhiều chị em thực hiện. Cách làm trắng da bằng tảo xoắn có gì đặc biệt ?



Cách làm trắng da bằng tảo xoắn được nhiều người truyền tai bắt nguồn từ đất nước Nhật Bản. Tảo xoắn còn được gọi là tảo biển, có tên tiếng anh là spirulina. Chúng là thực vật biển, là loại thực vật không có hoa, thân và rễ thâm thấu, chứa hơn 80% nước khoáng từ biển, có thể sống ở nước mặn, nước lợ.

Trong tảo biển Nhật Bản có chứa nhiều dưỡng chất tốt cho da như Vitamin A1, B1, B2, B6, C, E, K, Axit folic, Niacin, Axit Pantothenic, Ca, Mg, P, Fe, Zn. Chính vì những thành phần này mà tảo xoắn nhật bản có tác dụng làm da mịn màng, trắng sáng hơn, làm chậm quá trình oxy hóa da, trẻ hóa làn da, mang lại sự tươi trẻ, trắng sáng cho người phụ nữ.



Công dụng

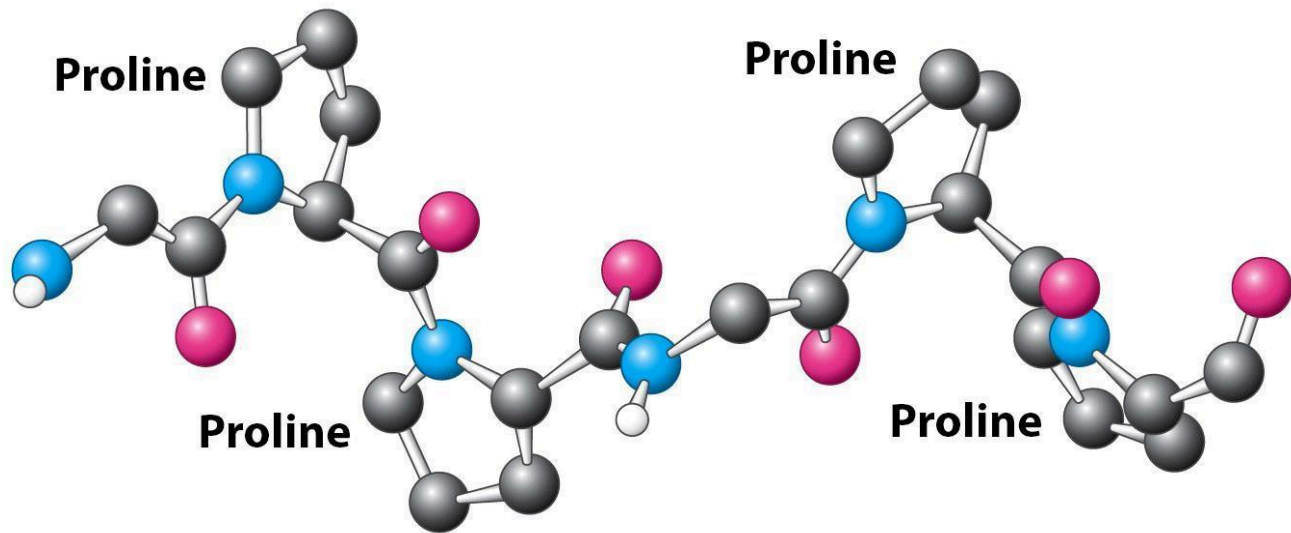
Trong tảo xoắn Nhật Bản có chứa chất chống oxy hóa và khoáng chất, có tác dụng kháng viêm, kháng khuẩn, giảm kích ứng da, sưng tấy do mụn. Vì vậy, đối với những người có làn da nhạy cảm, dễ bị dị ứng thì làm đẹp bằng tảo biển là phương pháp an toàn cho da, giúp làm đẹp da, mang lại cho bạn làn da khỏe mạnh, mịn màng tuyệt đối.

Ngoài những công dụng tuyệt vời kể trên, rong biển còn có một công dụng khác khi được chị em sử dụng để làm mặt nạ dưỡng da.

- Mặt nạ rong biển sẽ giúp tăng cường lượng nước và khoáng chất có chức năng cấp ẩm và giữ ẩm, giúp da mềm mại, là vị cứu tinh cho làn da khô.



- Hơn nữa, mặt nạ tảo biển Nhật Bản còn có khả năng giúp phục hồi các tế bào da bị tổn thương, tái tạo tế bào da mới, tăng độ đàn hồi cho da và giảm bọng mắt.
- Với hàm lượng dinh dưỡng cao, rong biển giúp nuôi dưỡng làn da từ sâu bên trong, giúp ngăn ngừa các dấu hiệu lão hóa như nếp nhăn, vết nám và tàn nhang. Da sẽ trở nên trắng sáng, mịn màng và tươi trẻ.
- Rong biển đặc biệt hiệu quả trong việc cung cấp độ ẩm cho da khô, sửa chữa các tổn thương trên da, thúc đẩy quá trình nổi lại các sợi collagen và tăng độ đàn hồi cho da. Nhiều vấn đề về da như mụn, vết thâm, viêm da... cũng được cải thiện rõ rệt.
- Do chứa nhiều muối, chứa chất chống oxy hóa và khoáng chất nên có tác dụng kháng viêm, kháng khuẩn, hạn chế tiết bã nhờn và se khít lỗ chân lông, giảm kích ứng cho da và vết sưng tấy do mụn.



CHUỖI ACID AMIN CỦA COLLAGEN

- Nhiều nghiên cứu cũng chỉ ra rằng, việc sử dụng mặt nạ rong biển thường xuyên giúp tăng sức đề kháng cho da, giúp chống lại các tác nhân gây hại từ môi trường.

Cách sử dụng tảo xoắn để làm đẹp da

Các sản phẩm tảo xoắn trên thị trường hiện nay thường được bào chế dưới 2 dạng chính là dạng bột và dạng viên. Để chăm sóc và làm đẹp da, bạn có thể sử dụng 2 dạng tảo xoắn là uống hoặc đắp mặt nạ dưỡng chất giúp làm đẹp da từ trong ra ngoài.

Uống tảo xoắn để đẹp da

<https://chiaki.vn/upload/news/2019/01/tao-bien-nhat-ban-co-tac-dung-gi-cach-dung-nhu-the-nao-28012019163941.jpg> alt="Tảo Biển Nhật Bản Có Tác Dụng Gì? Cách Dùng Như Thế Nào?" width="698" height="570">

Đối với sản phẩm tảo xoắn dạng bột: mỗi ngày uống 2-4g bột tảo, chia làm 2 lần uống sáng và tối.

Đối với sản phẩm tảo xoắn dạng viên: uống 10-15 viên mỗi ngày, chia làm 2-3 lần, uống với nhiều nước để có hiệu quả tốt nhất.

Làm mặt nạ bằng cách nghiền mịn các viên rong biển



Bạn có thể sử dụng rong biển khô hoặc tươi. Nếu là rong biển khô thì ngâm với nước ấm khoảng 5 phút cho mềm. Sau đó khuấy đều để tạo thành một lớp bột mềm mịn rồi thoa nhẹ trực tiếp lớp phấn này lên da. Massage theo hướng vòng tròn từ trong ra ngoài để da được thư giãn và hấp thụ dưỡng chất tốt hơn.

Bạn cũng có thể đắp trực tiếp lá rong biển tươi lên da khoảng 10 phút rồi rửa sạch bằng nước mát. Phương pháp này tuy đơn giản nhưng lại cho kết quả tương đối cao, giúp làn da mịn màng.

Dùng viên tảo biển, mật ong và nha đam

**Chuẩn bị**

- 1 thìa cà phê đầy bột tảo xoắn.
- 02 thìa mật ong.
- 01 thìa nha đam.

Cách làm

- Sau khi nghiền rong biển khô thành bột mịn, bạn trộn với gel nha đam và mật ong thành hỗn hợp sền sệt.
- Sau đó đắp mặt nạ lên da và giữ nguyên trong vòng 15 – 20 phút.
- Để khô tự nhiên và sau đó rửa sạch. Có tác dụng làm sáng và tăng độ đàn hồi cho da.

Đắp mặt nạ tảo xoắn, sữa chua không đường



Chuẩn bị

- 01 thìa cà phê đầy bột tảo xoắn
- 02 thìa sữa chua không đường
- 01 thìa mật ong

Cách làm

- Bạn nghiền rong biển khô thành bột mịn. Sau đó trộn bột rong biển với sữa chua không đường và mật ong thành hỗn hợp sền sệt.
- Đắp hỗn hợp lên da khoảng 15 – 20 phút rồi rửa sạch bằng nước ấm. Bạn có thể sử dụng thêm kem dưỡng ẩm để cung cấp độ ẩm cần thiết cho da luôn mịn màng và tràn đầy sức sống.

Mật nạ tảo xoắn, nước ép lê và mật ong



Chuẩn bị

- 2 thìa cà phê nước ép lê.
- 1/2 thìa cà phê mật ong.
- 01 thìa sữa tươi không đường.
- 1 thìa cà phê bột tảo xoắn.

Công thức này có vẻ cầu kỳ hơn một chút nhưng hiệu quả dưỡng da trở nên hoàn hảo hơn.

Cách làm

Trộn đều hỗn hợp trên, rửa sạch mặt, đắp hỗn hợp lên mặt, đắp 2 miếng dưa chuột lên mắt, nằm thư giãn 20 phút rồi rửa sạch bằng nước ấm.

Dưỡng ẩm da với tảo Spirulina, dầu oliu, vitamin E



Việc dưỡng ẩm cho da là vô cùng quan trọng, nhất là đối với những bạn có làn da khô, hay vào mùa lạnh da cũng rất cần được cấp ẩm. Sử dụng mặt nạ dưỡng ẩm từ 100% tảo xoắn Nhật Bản sẽ giúp cải thiện làn da mất nước, thô ráp.

Chuẩn bị

- Dầu ô liu nguyên chất: 15ml
- Vitamin E: 2 giọt
- Mật ong: 30ml
- Bột tảo xoắn: 1 thìa cà phê

Cách làm

Trộn đều hỗn hợp và thoa đều lên da, giữ nguyên khoảng 20 phút rồi massage và rửa sạch bằng nước lạnh. Lau nhẹ bằng khăn mềm và thoa kem dưỡng ẩm. Đắp mặt nạ này trước khi đi ngủ và đắp 2-3 lần / tuần.

Làm sáng da từ bột tảo Spirulina Nhật Bản, giảm tảo



Đối với những bạn thường xuyên làm việc trong môi trường khói bụi hoặc thường xuyên ở ngoài trời, chịu tác động của ánh nắng mặt trời, tia UV, hoặc những bạn có làn da không mấy trắng, xỉn màu thì nên thường xuyên đắp mặt nạ theo hướng dẫn. thức dậy này

Chuẩn bị

- Giấm táo: 15ml
- Bột tảo xoắn: 3g
- Nước lọc: 80ml
- Tinh dầu dưỡng da: 2 giọt (có thể chọn loại tinh dầu dưỡng da riêng, ví dụ như dầu dừa, dầu argan, dầu tràm trà, dầu hạt jojoba ...)

Cách làm

Trộn đều hỗn hợp trên, thoa và vỗ nhẹ lên da. Giữ nguyên khoảng 15 phút rồi gội sạch bằng nước ấm. Bạn nên thực hiện ít nhất 3 lần / tuần để có kết quả tốt nhất.

Tinh dầu quả mơ + hạt nho, táo và vitamin E



Vitamin E kết hợp với táo, tinh dầu sẽ tạo nên hỗn hợp làm đẹp da không thể phủ nhận.

Chuẩn bị

- Táo: Bột táo xoắn 1 thìa cà phê
- Vitamin E: 1 giọt (nên uống từ viên nang)
- Tinh dầu: 2 giọt
- Tinh dầu mơ: 15ml
- Dầu hạt nho: 30ml (khoảng 2 thìa cà phê)

Cách làm

- Trộn đều các nguyên liệu trên và lắc đều trước khi sử dụng để đảm bảo lượng bã táo xoắn tách rời.
- Tiếp theo, dùng 5-10 giọt hỗn hợp này thoa đều lên da để làm sạch da.
- Với cách sử dụng táo xoắn làm đẹp da, bạn có thể áp dụng 3 lần / tuần để giúp da ngày càng sáng đẹp.

Mặt nạ tẩy da chết từ tảo biển Spirulina hiệu quả Tẩy tế bào chết bằng táo xoắn, sữa chua không đường và mật ong

Tế bào chết là lớp ngoài cùng của tế bào da, mỗi phút có khoảng 40.000 tế bào da được thay thế. Các lớp tế bào này sản sinh và chồng lên nhau liên tục nên nếu không loại bỏ kịp thời các tế bào chết này sẽ làm bít lỗ chân lông khiến da dễ nhiễm vi khuẩn và nổi mụn, da xỉn màu. Các chị em thường dùng bột cám gạo, bột yến mạch hoặc bột đậu để tẩy tế bào chết. Nhưng hiện nay có một cách khác đó là bột táo xoắn.



Chuẩn bị

- Bột tảo xoắn: 1 thìa cà phê, có thể dùng dạng viên nén tảo xoắn
- Sữa chua không đường: 1 hộp
- Mật ong: 1 thìa cà phê

Cách làm

Trộn đều hỗn hợp, thoa lên da và massage nhẹ nhàng, trong 10-15 phút. Cuối cùng rửa sạch bằng nước âm ấm. Với công thức tẩy tế bào chết, bạn nên thực hiện 2-3 lần / tuần. Kết quả sẽ rõ ràng ngay lần đầu tiên.

Mặt nạ mật ong, tảo kết hợp dầu hoa hồng



Chuẩn bị

- Tảo: Bột Spirulina 3.5g
- Mật ong: 1 thìa cà phê
- Hộp sữa chua tự nhiên: hộp 125ml
- Tinh dầu hoa hồng: 2 giọt

Cách làm

- Trộn đều hỗn hợp trên rồi thoa trực tiếp lên da, massage nhẹ nhàng rồi để khoảng 20 phút rồi rửa sạch mặt bằng nước ấm.
- Với cách dùng tảo xoắn làm đẹp da này, bạn có thể loại bỏ lớp da chết sạch sẽ, làn da mịn màng hơn.

Tảo, chanh tươi kết hợp chuối chín



Chuẩn bị

- Tảo: 1 thìa cà phê bột tảo xoắn
- Nước chanh tươi: 1 thìa cà phê
- Chuối chín: 1 quả
- Bơ: 1 quả

Cách làm

- Cho tất cả các nguyên liệu trên vào bát trộn và khuấy đều cho đến khi tạo thành hỗn hợp đặc sệt.
- Dùng hỗn hợp này đắp lên da khoảng 15 phút rồi rửa sạch bằng nước ấm, lau khô và thoa kem dưỡng ẩm.
- Bằng cách này, các lớp tế bào chết trên da sẽ được loại bỏ một cách “an toàn” mà không gây hại cho da mặt.

Một số lưu ý khi sử dụng tảo xoắn để làm đẹp da

- Để đảm bảo hiệu quả cũng như an toàn cho sức khỏe và làn da, khi sử dụng tảo xoắn để làm đẹp da bạn cần chú ý lựa chọn sản phẩm tảo xoắn có nguồn gốc, xuất xứ rõ ràng. Ưu tiên các sản phẩm tảo xoắn được đánh giá cao trên thị trường như tảo xoắn Nhật Bản, tảo xoắn Nhật Bản EX,... Tuyệt đối nói không với các sản phẩm tảo xoắn không rõ nguồn gốc, xuất xứ, không đảm bảo chất lượng.



- Mặt nạ tẩy xoăn có thể có lợi cho bất kỳ loại da nào, tùy thuộc vào các thành phần còn lại.
- Đối với mặt nạ tẩy xoăn để ngăn ngừa kích ứng có thể xảy ra, trước tiên bạn nên kiểm tra xem bạn có nhạy cảm với bất kỳ thành phần nào trong mặt nạ hay không. Nếu bạn có tiền sử mẫn cảm với bất cứ thành phần nào trong mặt nạ, vui lòng cân nhắc trước khi sử dụng để tránh những tác dụng không mong muốn có thể xảy ra.
- Có thể kết hợp làm đẹp da bằng viên tẩy xoăn và đắp mặt nạ tẩy xoăn để có hiệu quả tối ưu hơn, làm đẹp từ trong ra ngoài.

Tổng kết

Bài viết trên chúng tôi vừa giới thiệu đến các bạn *cách làm trắng da bằng tẩy xoăn*. Hy vọng qua bài viết bạn đã có thêm những cách làm đẹp da hiệu quả từ tẩy xoăn giúp tận dụng tối đa công dụng làm đẹp da của tẩy xoăn, cho làn da mịn màng tươi trẻ và đẩy lùi các dấu hiệu lão hóa da

<https://chiaki.vn/upload/news/2020/11/su-khac-biet-giua-tao-luc-chlorella-va-tao-xoan-spirulina-l-a-gi-18112020172356.jpg> alt="Sự Khác Biệt Giữa Tảo Lục Chlorella Và Tảo Xoăn Spirulina Là Gì?" width="736" height="531">

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

Bài viết [Cách làm trắng da bằng tẩy xoăn hiệu quả | Review 11+ công thức đơn giản](#) đã xuất hiện đầu tiên vào ngày [TRANGDA.VIP](https://trangda.vip/).

Nguồn: Cách làm trắng da – TRANGDA.VIP

<https://trangda.vip/cach-lam-trang-da-bang-tao-xoan/>

<https://trangda.vip>

Xem thêm tại: <https://drive.google.com/drive/folders/1Z8Bo0COi5-3No-1gDNAZLYy0IH0rS5p>