

Chúng ta thường chú ý đến cách làm trắng vùng da mặt mà bỏ quên **cách làm trắng da ở cổ**. Da cổ bị thâm là một dạng sắc tố da do mồ hôi ra nhiều, cọ xát với quần áo hoặc tiếp xúc nhiều với ánh nắng mặt trời. Những cách làm trắng da cổ và gáy tại nhà đơn giản dưới đây sẽ giúp bạn nhanh chóng thoát khỏi vấn đề này.



Tại sao cần cách làm trắng da ở cổ?

Chúng ta cần **cách làm trắng da ở cổ** để khắc phục những nguyên nhân gây ra thâm sạm sau đây:

- **Đổ mồ hôi nhiều:** Nguyên nhân phổ biến khiến vùng da cổ và sau gáy bị thâm đen là do tuyến mồ hôi hoạt động quá mức khiến lượng mồ hôi dư thừa tích tụ nhiều ở vùng cổ và sau gáy. Bởi tạo điều kiện cho bụi bẩn bám vào, nếu không được vệ sinh kỹ càng lâu dần sẽ tạo thành một lớp sẫm màu.
- **Sử dụng mỹ phẩm kém chất lượng:** Khi chúng ta sử dụng các sản phẩm chăm sóc da trôi nổi, không rõ nguồn gốc sẽ khiến làn da của chúng ta bị bào mòn và đen sạm.
- **Do thiếu ẩm:** độ dày da cổ chỉ bằng 2/3 da mặt, tuyến mỡ chỉ bằng 1/3 da mặt. Vì vậy, vùng da này thiếu ẩm rất dễ bị khô ráp, dễ dẫn đến tình trạng thâm đen vùng cổ và gáy.
- **Do Tiếp xúc với ánh nắng mặt trời:** Có thể nói vùng da cổ và gáy là bộ phận mà chúng ta thường bỏ quên khi thực hiện các biện pháp chăm sóc da nhất. Đặc biệt, việc bỏ qua bước chống nắng khiến vùng da cổ và gáy bị ánh nắng tấn công gây ra các tình trạng như sạm da, thâm nám, lão hóa.



Cách làm trắng da vùng cổ và gáy bằng nguyên liệu sẵn có tại nhà **Làm trắng da vùng cổ và gáy bằng chanh và nước hoa hồng**

Chanh luôn được biết đến như một chất làm trắng da tuyệt vời, thường xuất hiện trong hầu hết các cách làm trắng da toàn thân cấp tốc. Bởi trong chanh có chứa một lượng lớn các chất dinh dưỡng, vitamin C và axit citric – Một trong những nguyên liệu giúp xóa mờ các vết thâm ở những vùng da tối màu rất hiệu quả.

Ngoài ra, nước hoa hồng còn giúp làm dịu da, hỗ trợ quá trình thẩm thấu dưỡng chất sâu hơn vào da. Các thành phần dinh dưỡng như vitamin A cũng giúp chống lại vi khuẩn và là chất hỗ trợ chống lão hóa tuyệt vời cho da.



Chuẩn bị

- 1 thìa nước hoa hồng
- ½ thìa nước cốt chanh

Cách làm

- Đầu tiên, bạn trộn đều 2 dung dịch trên thành hỗn hợp.
- Sau đó dùng tay hoặc bông gòn thấm dung dịch trên và thoa đều lên vùng da sạch ở cổ và sau gáy.
- Massage nhẹ nhàng theo chuyển động tròn, sau đó giữ dung dịch trên da khoảng 15 phút trước khi rửa sạch bằng nước lạnh.
- Áp dụng 3 lần mỗi tuần để có kết quả tốt nhất.

Đó là cách làm trắng da vùng cổ và sau gáy vô cùng đơn giản và hiệu quả mà chắc chắn bạn sẽ không thể bỏ qua.

Làm trắng da vùng cổ và gáy bằng khoai tây

Khoai tây chứa nhiều thành phần làm trắng lành tính như kali hydrat giúp nuôi dưỡng làn da trắng sáng. Ngoài ra, các dưỡng chất như vitamin B6, magie và collagen còn nuôi dưỡng từ trong ra ngoài, ngăn ngừa lão hóa da và duy trì làn da mịn màng, sáng bóng. Mặt nạ khoai tây làm trắng da là cách làm trắng da vùng cổ an toàn mà chị em nên áp dụng để cải thiện làn da vùng cổ.



Chuẩn bị

1 củ khoai tây

Cách làm

- Đầu tiên, các nàng lấy củ khoai tây đã chuẩn bị sẵn để ép lấy nước.
- Sau đó bạn chỉ cần thoa dung dịch trên lên vùng cổ, gáy và massage trong khoảng 3 phút.
- Thư giãn và để dung dịch khô trong 10 đến 15 phút và rửa sạch bằng nước lạnh.

Đối với phương pháp này, bạn cần kiên trì sử dụng 2-3 lần / tuần để đạt được hiệu quả như mong muốn.

Làm trắng da cổ và gáy bằng chanh và bột nghệ

Tinh bột nghệ chứa nhiều chất chống oxy hóa giúp ngăn ngừa các dấu hiệu lão hóa da. Đặc biệt, chất curcumin độc quyền trong nghệ giúp giảm thâm và làm đều màu da. Ngoài ra, nghệ là thành phần luôn có mặt trong các sản phẩm trị mụn như kem trị mụn hiệu quả, sữa rửa mặt trị mụn bằng nghệ,...

Đồng thời chanh còn được biết đến với khả năng loại bỏ các vết thâm, nám. Vậy còn gì tuyệt vời hơn khi làm trắng da vùng cổ và sau gáy khi kết hợp hai nguyên liệu “cực chất” này?



Chuẩn bị

- 50g nghệ xay
- ½ thìa nước cốt chanh

Cách làm

- Bước đầu tiên bạn trộn đều 2 nguyên liệu đã chuẩn bị ở trên thành hỗn hợp sền sệt.
- Sau đó các nàng thoa lên vùng da cổ và gáy, massage nhẹ nhàng trong khoảng 3 phút
- Ủ khoảng 15 – 20 phút cho khô rồi tắm lại bằng nước lạnh

Làm trắng da vùng cổ và gáy bằng Baking Soda

Baking soda hay còn gọi là “muối nấu ăn” thực chất là natri bicacbonat (NaHCO_3), được tạo thành từ natri và chất trung hòa độ pH giúp tẩy tế bào chết trên da, tẩy da chết, cải thiện vùng

da thâm nám. Chính vì vậy, ngoài công dụng trị mụn hiệu quả, baking soda đang dần được nhiều người biết đến và áp dụng trong nhiều cách chăm sóc da. Đặc biệt, không thể bỏ qua việc sử dụng baking soda để làm trắng da vùng cổ và sau gáy.



Chuẩn bị

- 1 thìa cà phê muối nở
- 3 thìa nước khoáng hoặc nước hoa hồng

Cách làm

- Đầu tiên, trộn 1 thìa baking soda với 3 thìa nước khoáng (hoặc nước hoa hồng) để tạo thành hỗn hợp sền sệt.
- Sau đó thoa trực tiếp hỗn hợp này lên vùng da cổ và gáy, massage da khoảng 1 phút rồi lấy đi lớp baking soda.
- Sau đó để khoảng 5 phút rồi rửa sạch lại bằng nước lạnh.

Bạn cần sử dụng cách làm trắng da này 3 lần / tuần để có kết quả.

Làm trắng da vùng cổ và gáy bằng giấm táo

Cách làm trắng da vùng cổ và sau gáy bằng giấm táo là phương pháp mà chị em không nên bỏ qua. Bởi thành phần làm đẹp của giấm táo vô cùng “khủng” như axit axetic, vitamin A và nhóm vitamin B, .. Giúp cải thiện các vấn đề về da như xỉn màu, da lão hóa và thô ráp. . Đồng thời, các khoáng chất như Mg, P và axit amin giúp cân bằng độ pH cho da.



Chuẩn bị

- 1 thìa giấm táo
- 3 thìa nước lọc

Cách làm

- Đầu tiên, bạn pha 1 muỗng canh giấm táo với 3 muỗng canh nước lọc để làm loãng dung dịch.

- Sau đó dùng bông gòn thấm dung dịch và thoa lên vùng da cổ và gáy, đặc biệt là những vùng da bị thâm.
- Ủ khoảng 10 – 15 phút rồi tắm lại bằng nước lạnh.

Là m trắng da vùng cổ và gáy bằng mặt nạ cam tươi

Cam tươi chứa nhiều vitamin C cũng như các thành phần dinh dưỡng như protein, omega, vitamin B... thường được sử dụng trong các loại kem dưỡng trắng da toàn thân, giúp da sáng và đều màu hơn. Ngoài ra, cam tươi còn giúp ngăn ngừa lão hóa da và cải thiện làn da chảy xệ.



Chuẩn bị

1 quả cam tươi

Cách làm

- Trước hết, bạn có thể sử dụng nước cam
- Sau đó dùng tay hoặc dùng bông gòn thấm dung dịch cam mát và thoa đều lên vùng da cổ và gáy.
- Sau đó, bạn chỉ cần lặp lại bước thoa nước cam trên da khoảng 3 lần và ủ khoảng 10 –

15 phút rồi rửa sạch lại bằng nước lạnh.
Bôi vitamin E



Vitamin E có khả năng ức chế hoạt động của các enzym gây ra sắc tố da. Nhờ đó cải thiện rất hiệu quả làn da vùng cổ, gáy. Không chỉ vậy, vitamin E còn có tác dụng dưỡng ẩm, làm mềm da, nuôi dưỡng từ bên trong. Vitamin E làm trắng da vùng cổ, cổ hoàn hảo Vitamin E làm trắng da vùng cổ, cổ hoàn hảo.

Chuẩn bị

3-4 viên vitamin E

Cách làm

- Cắt bỏ viên nang vitamin E và lấy đi phần dinh dưỡng bên trong.
- Tắm lại cơ thể bằng nước sạch để loại bỏ bụi bẩn.
- Thoa đều vitamin E lên da để dưỡng chất thẩm thấu đều.
- Để dưỡng chất thấm đều qua đêm
- Rửa sạch bằng nước lạnh vào sáng hôm sau.

Mẹo làm trắng da bằng nha đam



Nếu muốn trắng da cổ và sau gáy nhanh nhất, bạn có thể áp dụng Công thức tắm trắng da nha đam. Cách làm trắng da cổ và gáy bằng nha đam có khả năng ức chế enzym gây sạm da, đen da. Ngoài ra, nha đam còn có khả năng giữ nước và dưỡng trắng da rất hiệu quả. Mang lại nhiều lợi ích cho bạn làn da rạng rỡ hơn. Nha đam chứa nhiều dưỡng chất làm sáng da Nha đam chứa nhiều dưỡng chất làm sáng da vùng cổ.

Chuẩn bị

1-2 lá lô hội

Cách làm

- Lá nha đam rửa sạch, gọt bỏ cùi. Cắt thành từng lát mỏng.
- Rửa sạch vùng da với nước để loại bỏ bụi bẩn.
- Đắp những lát nha đam lên vùng da cổ và gáy trong khoảng 15 đến 20 phút để dưỡng chất thấm đều.
- Xả sạch bằng nước lạnh.

Sữa chua và chanh



Chuẩn bị

- 3 sữa chua không đường
- 1 quả chanh

Cách làm

- Vắt chanh lấy nước cốt. Trộn đều với sữa chua không đường để tạo thành hỗn hợp sánh mịn.
- Tắm lại cơ thể bằng nước sạch để loại bỏ bụi bẩn.
- Thoa đều hỗn hợp lên vùng da cổ và gáy trong khoảng 15 – 20 phút để dưỡng chất thấm đều.
- Xả lại bằng nước lạnh.

Làm trắng cổ và sau gáy bằng bột yến mạch



Bên cạnh việc rất hữu ích trong việc giúp tẩy sạch tế bào chết, yến mạch còn giúp cải thiện tông màu da giúp da mịn màng luôn mềm mại. Đây cũng là lý do vì sao yến mạch vẫn được các chị em ưu tiên lựa chọn cho vùng da cổ nói riêng và da toàn thân nói chung. cách làm trắng da cổ và gáy hoạt chất có trong bột yến mạch giúp làm trắng da cổ.

Chuẩn bị

- 2 thìa bột yến mạch
- Nước hoa hồng

Cách làm

- Cho bột yến mạch vào bát, sau đó thêm nước hoa hồng vào trộn đều để tạo thành hỗn hợp mịn.
- Tắm lại cơ thể bằng nước sạch để loại bỏ bụi bẩn.
- Thoa đều hỗn hợp lên vùng da cổ và gáy trong khoảng 15 – 20 phút để dưỡng chất thấm đều.
- Xả lại bằng nước lạnh.

Công thức chanh và dầu ô liu



Chanh được biết đến là một nguyên liệu được sử dụng rất phổ biến để làm trắng da. Chanh có đặc tính tẩy trắng tự nhiên. Do đó, bạn có thể dễ dàng loại bỏ các lớp tế bào chết làm đen vùng da cổ và sau gáy. Giúp làn da mịn màng và đều màu với tất cả các vùng trên cơ thể. Cách làm trắng da cổ và lưng bằng chanh rất đơn giản: chanh có tính axit, chanh có tính axit có tác dụng làm trắng da vùng cổ và lưng rất hiệu quả.

Chuẩn bị

- Chanh vàng
- Dầu ô liu

Cách làm

- Vắt đôi quả chanh để lấy nước cốt. Thêm dầu ô liu và trộn cho đến khi hòa tan đều.
- Tắm lại cơ thể bằng nước sạch để loại bỏ bụi bẩn.
- Thoa đều hỗn hợp lên vùng da cổ và gáy trong khoảng 15 – 20 phút để dưỡng chất thấm đều.
- Xả lại bằng nước lạnh.

Quy trình chăm sóc da đúng Tẩy tế bào chết để tái tạo bề mặt da



Tẩy da chết giúp chúng ta tái tạo lại bề mặt da bị tổn thương, tạo điều kiện cho sự xuất hiện của làn da mới khỏe mạnh và trắng sáng. Vì vậy, nếu muốn vừa đánh bay vừa ngăn ngừa thâm vùng da cổ hiệu quả, bạn phải nhớ thực hiện thường xuyên bước chăm sóc da cơ bản này. Sử dụng mỹ phẩm làm sáng da



Da cổ mỏng, dễ thâm nám hơn da mặt nên việc sử dụng mỹ phẩm trị nám sẽ cho hiệu quả nhanh và tốt hơn. Tùy theo tình trạng da cũng như nhu cầu mà mỗi người có thể lựa chọn cho mình sản phẩm phù hợp. Nhưng hãy chắc chắn rằng thói quen chăm sóc da của bạn sẽ chứa một trong những thành phần làm trắng da hiệu quả như AHA, Vitamin C, Niacinamide, Glutathione, Retinol ...

Bảo vệ da tối ưu



Da bị tổn thương do tiếp xúc với tia UVA là nguyên nhân chính gây ra chứng tăng sắc tố da. Vì vậy, muốn làm trắng da vùng cổ và sau gáy nhanh chóng thì chúng ta phải chú trọng đến việc thoa kem chống nắng và che chắn cho bản thân mỗi khi ra ngoài.

Lưu ý

- Cũng bằng cách sử dụng cùng một cách làm trắng da cổ ở trên. Nhưng, rất nhiều người vẫn không đạt được kết quả như ý muốn. Có thể do bạn chưa chú ý đến những vấn đề sau: cách làm trắng da cổ và lưng Kiên trì thực hiện để vùng da cổ và lưng trắng sáng, mịn màng
- Làm sạch da là yêu cầu cơ bản, bạn không nên bỏ qua bước này trước khi áp dụng các cách làm trắng da vùng cổ và sau gáy.
- Chú ý thoa kem chống nắng mỗi khi ra ngoài để bảo vệ da khỏi tác động của ánh nắng mặt trời.
- Thoa thêm kem dưỡng sau khi làm trắng da để giúp vùng da cổ luôn mềm mại, mịn màng.



- Luôn thử nghiệm các thành phần làm trắng trên một vùng da nhỏ trước khi thoa lên vùng gáy và cổ. Điều này sẽ giảm thiểu kích ứng cho da.
- Bổ sung các dưỡng chất và vitamin từ rau xanh, trái cây để nuôi dưỡng làn da trắng mịn từ trong ra ngoài.

Tổng kết

Hãy kiên trì áp dụng các *cách làm trắng da ở cổ* và sau gáy trên đây, điều chỉnh lại cách chăm sóc da của mình để có thể loại bỏ tình trạng này một cách hiệu quả nhất.

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

Bài viết [11+ cách làm trắng da ở cổ hiệu quả tại nhà | Công thức thiên nhiên, đơn giản](#) đã xuất hiện đầu tiên vào ngày [TRANGDA.VIP](#).

Nguồn: Cách làm trắng da – TRANGDA.VIP
<https://trangda.vip/cach-lam-trang-da-o-co/>

<https://trangda.vip>

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