

**5+ cách làm trắng da bằng dầu dừa** được chị em áp dụng thường xuyên vì theo các nghiên cứu, trong dầu dừa có chứa một lượng lớn vitamin E rất tốt cho việc dưỡng da và làm trắng da. Top 5+ cách làm trắng da bằng dầu dừa hiệu quả ra sao?

Top **5+ cách làm trắng da bằng dầu dừa** mà chúng tôi sắp giới thiệu đến bạn được áp dụng rất nhiều bởi tin đồ làm đẹp. Yêu thích các giải pháp làm đẹp từ nguyên liệu thiên nhiên đang là xu hướng của phái đẹp. Vì vậy, việc sử dụng dầu dừa trong chăm nang chăm sóc da là điều đương nhiên, ngoài ra dầu dừa còn hỗ trợ làm trắng da không kém các loại thuốc uống làm trắng da. Tuy nhiên, không phải ai cũng biết cách áp dụng nó một cách hiệu quả.



Dầu dừa chứa 50% axit lauric. Chất này có tác dụng chống lại vi khuẩn, nấm,... Qua đó nhanh chóng làm dịu và làm lành các vết sẹo do mụn, chàm...

Dầu dừa làm trắng da nhờ chứa nhiều vitamin E và khoáng chất giúp da thêm tươi sáng, hồng hào. Đồng thời là thành phần chống lão hóa cực tốt cho da, giúp da luôn mềm mại và khỏe mạnh.



Bên cạnh đó, chỉ số chống nắng tự nhiên có trong dầu dừa giúp bạn chống nắng, tăng sức đề kháng cho da từ bên ngoài, giúp da không bị đen sạm, cản trở tác hại của tia cực tím. Bí quyết dưỡng trắng da bằng dầu dừa Dầu dừa và nước cốt chanh



#### **Chuẩn bị**

- Dầu dừa
- Nước chanh
- Đường trắng

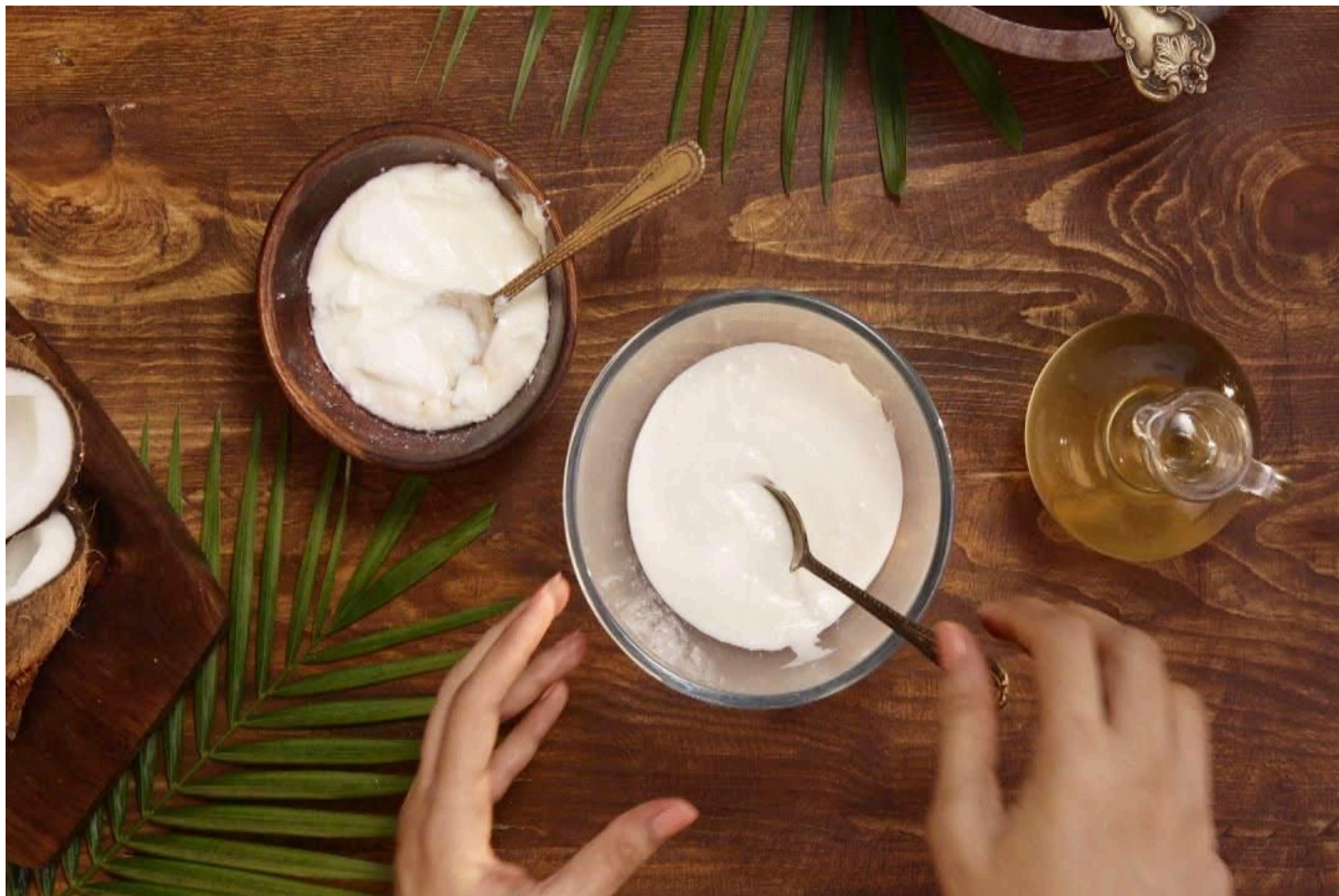
#### **Cách làm**

- **Bước 1:** Trộn dầu dừa, nước cốt chanh tươi, đường trắng theo tỷ lệ 2: 1: 1
- **Bước 2:** Thoa đều hỗn hợp lên da sau đó massage nhẹ nhàng theo hướng vòng tròn
- **Bước 3:** Rửa sạch mặt bằng nước ấm

Hỗn hợp này vừa có tác dụng làm trắng da, vừa giúp tẩy tế bào chết cực kỳ hiệu quả nên thực hiện đều đặn 2 lần / tuần. Ngoài ra, chắc hẳn bạn đã từng nghe đến công thức tắm trắng bằng bia của Ngọc Thảo, công dụng vô cùng tuyệt vời.

Dầu dừa và sữa chua





#### **Chuẩn bị**

- 1 thìa dầu dừa
- 2 thìa sữa chua

#### **Cách làm**

- **Bước 1:** Trộn đều cho đến khi đồng nhất
- **Bước 2:** Nhẹ nhàng massage lên da và để nó nghỉ trong 30 phút
- **Bước 3:** Rửa sạch mặt bằng nước lạnh

Thực hiện 3 lần / 1 tuần để phát huy tác dụng dưỡng trắng làm đẹp da từ dầu dừa.

Dầu dừa, mật ong, lòng trắng trứng gà



#### **Chuẩn bị**

- 1 lòng trắng trứng
- 1 thìa mật ong
- 1 thìa cà phê dầu dừa

#### **Cách làm**

- **Bước 1:** Trộn đều hỗn hợp đã chuẩn bị
- **Bước 2:** Đắp hỗn hợp lên mặt, lớp này khô thì thoa lớp khác, khoảng 3 lớp là đạt yêu cầu.
- **Bước 3:** Nằm thư giãn 30 phút rồi rửa sạch mặt bằng nước ấm

Thực hiện đều đặn 3 lần / 1 tuần, làn da của bạn sẽ trở nên trắng sáng, mịn màng, tràn đầy sức sống lên từng ngày.

Dầu dừa và trà xanh



#### **Chuẩn bị**

- 1 thìa dầu dừa
- 1 thìa cà phê nước cốt chanh
- 3 thìa cà phê bột trà xanh

#### **Cách làm**

- **Bước 1:** Trộn đều các nguyên liệu để có hỗn hợp có độ sệt vừa phải.
- **Bước 2:** Thoa đều lên da và massage khoảng 15 phút
- **Bước 3:** Để mặt nạ hơi khô rồi rửa sạch với nước

Áp dụng phương pháp này khoảng 2 lần mỗi tuần để có làn da sạch mụn sau vài tuần.  
Dầu dừa và nghệ





#### **Chuẩn bị**

- 1 thìa dầu dừa
- 1 thìa cà phê bột nghệ
- 1 thìa mật ong nguyên chất

#### **Cách làm**

- **Bước 1:** Trộn đều các nguyên liệu trên với nhau cho đến khi hỗn hợp sánh mịn.
- **Bước 2:** Đắp hỗn hợp mặt nạ lên mặt, thư giãn 20 – 25 phút
- **Bước 3:** Xả lại bằng nước sạch

Đắp mặt nạ này khoảng 2-3 lần mỗi tuần, bạn nhớ rửa mặt sạch trước khi thoa hỗn hợp lên da.  
Làm trắng da bằng dầu dừa nguyên chất



Như các bạn đã thấy, với những thành phần mà dầu dừa sở hữu lại có tác dụng làm trắng da tốt như vậy. Vậy thì tại sao bạn không thử dùng dầu dừa nguyên chất để thay “màu áo mới” cho làn da của mình theo công thức dưới đây!

#### **Chuẩn bị**

2 thìa dầu dừa nguyên chất

#### **Cách làm**

- Vệ sinh da mặt thật sạch rồi thoa dầu dừa lên da
- Massage nhẹ nhàng theo chiều xoắn ốc trong khoảng 2-3 phút để các dưỡng chất của dầu dừa thấm sâu vào da.
- Thư giãn khoảng 20 phút rồi tắm sạch lại bằng nước ấm

Công thức này bạn cũng có thể áp dụng cho da toàn thân. Và nhớ là bạn nên duy trì thực hiện 2-3 lần / tuần để đẩy nhanh hiệu quả.

Cách làm trắng da bằng dầu dừa và mật ong





Bạn biết không, mật ong là nguyên liệu tuyệt vời để kháng khuẩn cho da, se khít lỗ chân lông. Khi sử dụng dầu dừa để dưỡng trắng da thì không thể thiếu một chút mật ong. Bởi sự kết hợp của hai nguyên liệu này luôn mang đến cho bạn làn da trắng hồng, mịn màng nhanh chóng.

#### Cách làm

- **Bước 1:** Nguyên liệu bạn cần chuẩn bị là 2 thìa cà phê dầu dừa và hai thìa cà phê mật ong. Hoặc bạn có thể chuẩn bị vừa đủ dùng 2 nguyên liệu này theo tỉ lệ 1: 1.
- **Bước 2:** Tiếp theo, bạn trộn đều dầu dừa và mật ong để tạo thành hỗn hợp sánh mịn.
- **Bước 3:** Trước khi thoa hỗn hợp lên da, bạn cần làm sạch da bằng nước ấm để lỗ chân lông mở ra, điều này giúp da hấp thụ tốt các dưỡng chất cần thiết.
- **Bước 4:** Sau đó bạn thoa đều hỗn hợp lên vùng da cần làm trắng, nằm thư giãn và massage nhẹ nhàng khoảng 20 phút rồi rửa lại mặt thật sạch bằng nước lạnh.

Làm trắng da bằng dầu dừa và nghệ



Nói đến công dụng làm trắng da thì không thể không nhắc đến tinh bột nghệ đúng không nào? Đây là nguyên liệu dưỡng da vô cùng hiệu quả vì có chứa Curcumin có tác dụng chống oxy hóa rất cao, chống lão hóa, xóa mờ tàn nhang, giúp da trắng hồng hào.

Chính vì vậy bạn không thể bỏ qua cách làm trắng da bằng dầu dừa và nghệ vô cùng hiệu quả.

#### **Cách làm**

- **Bước 1:** Bạn cần chuẩn bị một thìa tinh bột nghệ, 2 thìa dầu dừa và thêm một thìa sữa tươi không đường.
- **Bước 2:** Tiếp theo, bạn trộn đều các nguyên liệu này với nhau thành hỗn hợp đồng nhất.
- **Bước 3:** Sau đó bạn tắm sơ qua với nước ấm để làm sạch da và giúp mở lỗ chân lông.
- **Bước 4:** Sau khi làm sạch da, thoa đều hỗn hợp lên vùng da cần làm trắng và lưu ý tránh vùng nhạy cảm. Lúc này, bạn chỉ cần nằm thư giãn và massage nhẹ nhàng theo hình xoắn ốc trong khoảng 15 – 20 phút.
- **Bước 5:** Sau 20 phút bạn chỉ cần tắm lại bằng nước lạnh sau đó lau khô người bằng khăn mềm.

Sử dụng dầu dừa làm trắng da trong thời gian ngắn bạn sẽ thấy hiệu quả rõ rệt. Tuy nhiên, bạn phải kiên trì thực hiện đều đặn 2-3 lần / tuần thì mới có được làn da trắng mịn như mong muốn. Dầu dừa và lòng trắng trứng kết hợp làm trắng da rất tốt





Lòng trắng trứng gà là một trong những nguyên liệu làm trắng da phổ biến được nhiều chị em sử dụng. Nhờ hàm lượng khoáng chất, Vitamin B2, B6 và giàu protein, chúng đều là những nguyên liệu làm trắng da rất tốt.

Bên cạnh đó, còn có tác dụng phục hồi da hư tổn, hỗ trợ trị mụn, se khít lỗ chân lông, ngăn ngừa lão hóa da và dưỡng da mịn màng. Đặc biệt khi bạn kết hợp dầu dừa và lòng trắng trứng gà không những làn da được trắng lên mà còn khỏe, đẹp và mịn màng.

Vì vậy, hãy thử áp dụng công thức dưới đây nhé!

#### Cách làm

- **Bước 1:** Chuẩn bị 2 thìa dầu dừa và 1 lòng đỏ trứng gà
- **Bước 2:** Trộn tất cả các nguyên liệu lại với nhau và đánh mạnh cho đến khi hỗn hợp mịn.
- **Bước 3:** Làm sạch da sau đó thoa đều hỗn hợp đã chuẩn bị lên da
- **Bước 4:** Nằm thư giãn khoảng 20 phút để da hấp thụ hết dưỡng chất bên trong mặt nạ
- **Bước 5:** Sau đó làm sạch da bằng nước sạch.

Nhớ áp dụng công thức này 2-3 lần / tuần và theo dõi sự thay đổi của màu da.

Đánh bật tông màu da với dầu dừa và bột yến mạch





Nhờ sở hữu hàm lượng dinh dưỡng lớn bao gồm chất béo, protein, Carbohydrate và một số khoáng chất như Mg, Sắt, Ca, Zn,... nên bột yến mạch có tác dụng tẩy tế bào chết, kiểm soát bã nhờn và ngăn ngừa mụn. Đặc biệt trong bột yến mạch có chứa hai thành phần Saponin và Avenanthramides. Chúng có tác dụng đẩy lùi sắc tố melanin, loại bỏ thâm nám. Nhờ đó, khi bạn kết hợp dầu dừa và bột yến mạch sẽ giúp da bạn trắng sáng mịn màng sau một thời gian sử dụng.

#### Cách làm

- **Bước 1:** Chuẩn bị 2 thìa dầu dừa, 1 thìa bột yến mạch và một ít nước ấm
- **Bước 2:** Cho nước ấm vào yến mạch và đánh bông đến khi yến mạch mềm thì cho dầu dừa vào, khuấy đều để yến mạch hòa quyện vào nhau.
- **Bước 3:** Vệ sinh da thật sạch rồi thoa đều hỗn hợp lên mặt
- **Bước 4:** Massage nhẹ nhàng da khoảng 3 phút để dưỡng chất thấm sâu vào da
- **Bước 5:** Nằm thư giãn khoảng 20 phút rồi tắm lại bằng nước sạch

Kiên trì thực hiện 2-3 lần / tuần và cảm nhận làn da thay đổi trắng sáng, đều màu hơn. Tắm trắng da toàn thân bằng dầu dừa và nha đam



Bạn có biết? Gel nha đam là thần dược của làn da, nó có tác dụng tăng độ ẩm, giúp da mịn màng, mềm mượt và phục hồi làn da bị tổn thương do cháy nắng. Ngoài ra, theo nghiên cứu, nha đam sở hữu hàm lượng Vitamin A và B2 cao có tác dụng tái tạo làn da mới, thay thế các hắc sắc tố và thay màu áo mới cho làn da sáng và đều màu hơn. Đặc biệt là nha đam còn có thể tạo lớp áo giáp bảo vệ da khỏi các tác nhân như tia UV, trị nám, tàn nhang rất tốt. Nhờ đó, nha đam kết hợp với dầu dừa sẽ tạo thành một hỗn hợp hoàn hảo giúp làm trắng da mặt và toàn thân.

#### Cách làm

- **Bước 1:** Chuẩn bị 3 thìa dầu dừa và 1 nhánh nha đam lớn
- **Bước 2:** Nha đam gọt vỏ, lấy phần gel bên trong, ngâm với nước muối loãng rồi rửa thật sạch với nước.
- **Bước 3:** Đem nha đam đi xay nhuyễn rồi trộn với dầu dừa, đánh mạnh để 2 nguyên liệu hòa quyện vào nhau.
- **Bước 4:** Tắm kỹ toàn thân và rửa mặt thật sạch sau đó thoa một lớp mỏng lên mặt và thoa phần còn lại lên cơ thể
- **Bước 5:** Massage nhẹ nhàng 3 phút từ mặt đến toàn thân cho da hấp thụ các dưỡng chất có trong hỗn hợp
- **Bước 6:** Giữ hỗn hợp trên da khoảng 15 phút, sau đó làm sạch da mặt và cơ thể bằng nước sạch.

Thực hiện đều đặn 2-3 lần / tuần để tăng cường độ ẩm cho da mềm mịn và sáng hơn theo thời gian.

Tắm trắng toàn thân bằng dầu dừa và bột đậu đỏ

Đậu đỏ không chỉ tốt cho sức khỏe mà còn cực tốt cho làn da. Bột đậu đỏ có rất nhiều công

dụng trong đó có khả năng làm trắng da. Nhờ hàm lượng Vitamin B1, C,... Đây là thành phần có tác dụng kích thích tái tạo collagen, giúp da căng mịn, tăng độ đàn hồi, giúp da trắng sáng và đều màu hơn.

Ngoài ra, nhờ chứa nhiều chất chống oxy hóa nên đậu đỏ có tác dụng chống lão hóa rất tốt và thành phần này còn giúp làm sáng đều màu da. Vì vậy, bột đậu đỏ là một trong những nguyên liệu khi kết hợp với dầu dừa sẽ phát huy tác dụng tẩy da chết và làm trắng da mạnh mẽ.

#### **Cách làm**

- **Bước 1:** Chuẩn bị 3 thìa bột đậu đỏ, 2 thìa dầu dừa và nước ấm.
- **Bước 2:** Đổ nước ấm vào âu đậu đỏ đun khoảng 2 phút, sau đó cho dầu dừa vào trộn đều.
- **Bước 3:** Tắm lại thật sạch bằng nước ấm để lỗ chân lông mở ra, sau đó thoa đều hỗn hợp lên da.
- **Bước 4:** Massage da nhẹ nhàng trong vòng 5 phút theo chuyển động tròn để da vừa được tẩy tế bào chết, vừa giúp da hấp thụ dinh dưỡng của hỗn hợp.
- **Bước 5:** Giữ hỗn hợp trên da khoảng 15 phút rồi rửa lại bằng nước sạch

Nên áp dụng công thức này cho cả da mặt và da toàn thân. Duy trì công thức này 2-3 lần / tuần, bạn sẽ thấy làn da dần trở nên mịn màng, mềm mại và bật tông trắng sáng hơn.

Dầu dừa tẩy tế bào chết toàn thân



Dầu dừa cũng được sử dụng để tẩy tế bào da chết.

#### **Chuẩn bị**

Trộn 1 thìa đường vàng với 3 thìa dầu dừa để tạo thành hỗn hợp tẩy da chết toàn thân.

#### **Cách làm**



Tắm lại bằng nước ấm, sau đó thoa đều dầu dừa lên toàn thân, massage từ 5-15 phút rồi tắm lại với sữa tắm, da mềm mịn và thơm vô cùng.

Dầu dừa và sữa tắm



### **Chuẩn bị**

Trộn dầu dừa vào sữa tắm hàng ngày để làm trắng da một cách hiệu quả nhất. Trộn và để một lọ riêng để sử dụng hàng ngày.

#### **Cách làm**

- Sau khi tắm, bạn lấy dầu dừa thoa đều hai tay rồi thoa đều lên cơ thể sau đó massage nhẹ nhàng.
- Sử dụng đều đặn hàng ngày, cách này không chỉ có tác dụng làm trắng da mà còn tạo lớp màng bảo vệ da rất hiệu quả đồng thời dầu dừa không gây nhờn dính. Cung cấp độ ẩm cho cơ thể, giúp da không bị khô và tươi sáng.
- Hãy cùng chăm chỉ kết hợp phương pháp này với danh sách tổng hợp các cách làm trắng da tốt nhất hiện nay.

Dầu dừa và muối tắm



#### **Chuẩn bị**

- Muối tắm
- Sữa tươi không đường
- Dầu dừa

#### **Cách làm**

Trộn một ít muối tắm với sữa tươi không đường và vài giọt dầu dừa. Sau khi tắm xong, bạn massage hỗn hợp lên da trong 10 phút rồi massage nhẹ nhàng. Không nên chà xát quá mạnh, sau đó rửa lại bằng nước sạch. Phương pháp này vừa giúp da trắng sáng mịn màng, vừa tẩy tế bào chết và dưỡng ẩm cho da hiệu quả.

Một số lưu ý khi làm trắng da bằng dầu dừa

- Lựa chọn dầu dừa nguyên chất, đảm bảo chất lượng
- Thời điểm thích hợp nhất trong ngày để chăm sóc da mặt bằng dầu dừa là vào buổi tối trước khi đi ngủ. Lúc này, bạn không còn phải ra đường tiếp xúc với ánh nắng và bụi bẩn, làn da vào buổi tối cũng đi vào trạng thái nghỉ ngơi và tái tạo, dễ hấp thụ dưỡng chất hơn.



- Không nên thoa dầu dừa khi đi ra ngoài vì sẽ khiến da mặt bóng nhờn, dễ hút và tích tụ bụi bẩn, không tốt cho da.
- Trước khi đắp mặt nạ, bạn nên chú ý làm sạch da, sau khi sử dụng mặt nạ nên dưỡng ẩm để da luôn mềm mại, không bị khô. Rửa mặt nạ thật sạch để dầu dừa không còn lưu lại trên da nếu không muốn lỗ chân lông bị bí.
- Để làn da luôn tươi sáng, mịn màng, bạn không được quên sử dụng kem chống nắng và che chắn cẩn thận mỗi khi ra ngoài trong ngày.





- Ngoài việc chăm sóc da bên ngoài, bạn cũng nên quan tâm đến các phương pháp chăm sóc da khỏe mạnh từ bên trong. Uống đủ nước mỗi ngày, ăn nhiều rau củ quả để có đủ vitamin C giúp da dễ hồng hào mịn màng.

Tổng kết

Hi vọng với 5+ *cách làm trắng da bằng dầu dừa* trên sẽ giúp bạn có thêm một cách làm trắng da toàn thân tại nhà hiệu quả, ít tốn kém và sở hữu làn da trắng sáng, mịn màng nhanh nhất.

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

Bài viết [5+ cách làm trắng da bằng dầu dừa hiệu quả tại nhà | Công thức đơn giản](#) đã xuất hiện đầu tiên vào ngày [TRANGDA.VIP](#).

Nguồn: Cách làm trắng da – TRANGDA.VIP

<https://trangda.vip/5-cach-lam-trang-da-bang-dau-dua/>

<https://trangda.vip>

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