

Cách trị mụn viêm mủ như thế nào để không gây sẹo thâm trên da là một vấn đề được nhiều người đặc biệt quan tâm. Mụn viêm mủ thường gây ra những tổn thương trực tiếp đến biểu bì da nên việc điều trị cần tiến hành càng sớm càng tốt để ngăn ngừa những tổn thương da. Để có đầy lùi mụn mủ an toàn mà không để lại thâm sẹo, bạn có thể tham khảo ngay cùng với [Cách trị mụn viêm](#) những cách dưới đây.

Tại sao cần biết cách trị mụn viêm mủ thích hợp?

Mụn viêm mủ là gì và tại sao cần biết rõ **cách trị mụn viêm mủ** đúng nhất? Chúng ta sẽ cùng đi tìm hiểu nhé!



Mụn viêm mủ là gì?

Mụn viêm mủ được hiểu như một dạng của mụn trứng cá nhưng phát triển ở thể nặng hơn. Ban đầu, mụn mủ cũng như các mụn mọc thông thường khác, cũng chỉ là những cục sần cứng, nhỏ và có màu đỏ. Thông thường, mụn mủ hay xuất hiện ở các vùng da mặt như trán, má, mũi, cằm,... chúng có độ to nhỏ khác nhau và mang lại những cảm giác đau rất khó chịu, khi vỡ ra mụn mủ sẽ đi kèm với máu và mủ. Mụn mủ sẽ xuất hiện khi trên da mặt đã hình thành các ổ khuẩn gây viêm nhiễm nặng.

Hậu quả nếu không điều trị mụn viêm mủ đủ kịp thời

Mụn mủ không những mang cho bạn cảm giác khó chịu mà còn để lại những hậu quả vô cùng nghiêm trọng trên làn da của chúng ta, bên cạnh đó nó còn làm ảnh hưởng không nhỏ đến

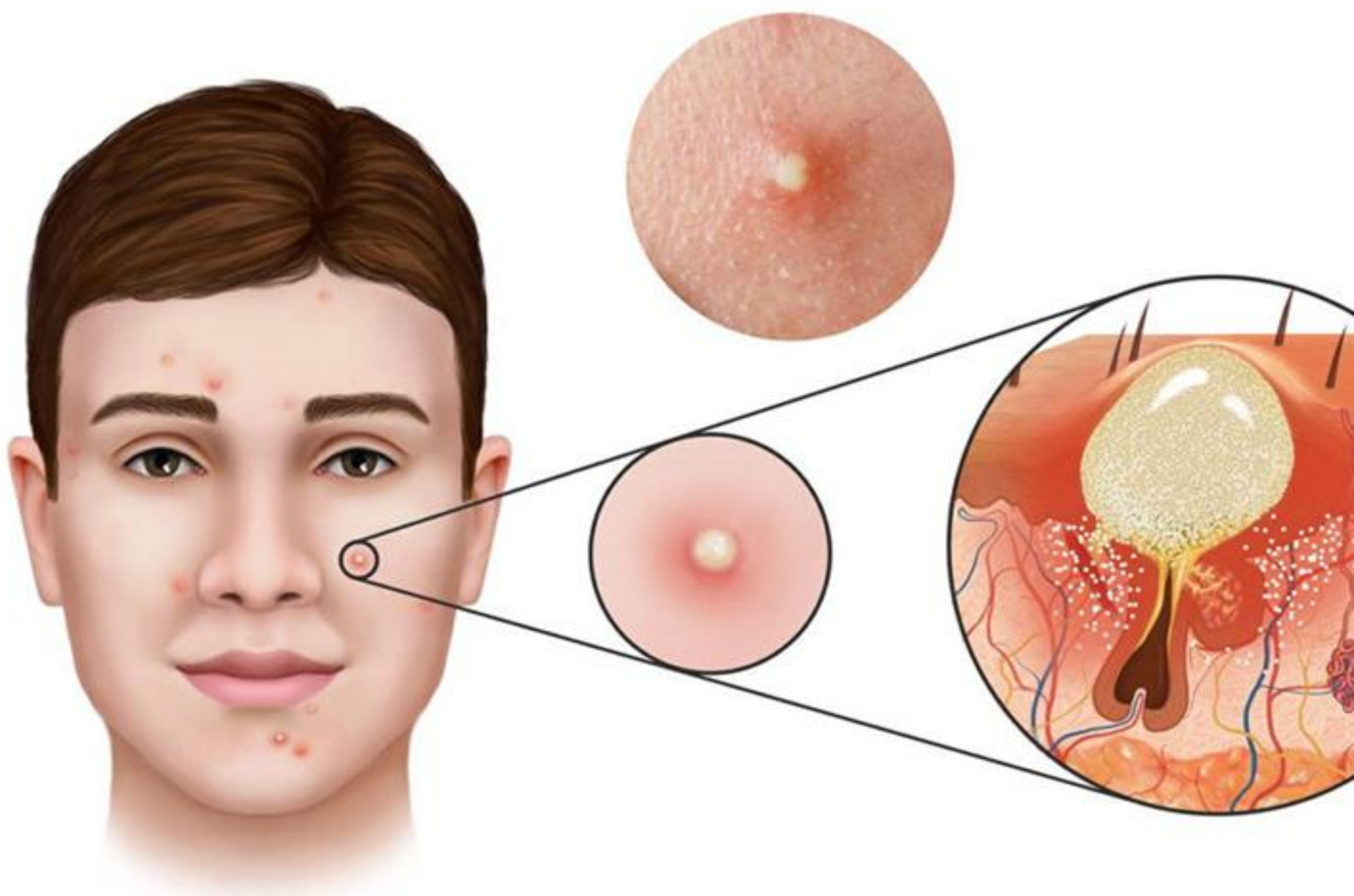
cuộc sống của chính bạn:



- Mụn mủ gây đau nhức do viêm, sưng tấy.
- Điều trị mụn mủ không đúng cách có thể để lại sẹo lõm, sẹo thâm.
- Mụn mủ quá to trên khuôn mặt sẽ gây mất thẩm mỹ.
- Làm bạn mất tự tin khi giao tiếp và mất đi rất nhiều cơ hội trong cuộc sống.
- Ngoài ra, mụn mủ sưng đỏ có thể gây một số biến chứng nguy hiểm như viêm da tróc vảy, viêm mô tế bào,...

Nguyên nhân hình thành mụn viêm mủ Nguyên nhân chính

Do sự kết hợp của 3 nguyên nhân chính gây nên: Da điều tiết quá nhiều dầu dẫn tới tắc nghẽn lỗ chân lông, hình thành khối nhân mụn tích tụ ngày càng lớn, lỗ chân lông bị giãn và xuất hiện các lỗ thủng nhỏ, đồng thời vi khuẩn gây mụn *P.acnes* tấn công làm viêm da và hình thành mụn đỏ. Tiếp đó, các tế bào bảo vệ cơ thể sẽ xâm nhập vào trong lỗ chân lông qua các lỗ thủng nhỏ và “đấu tranh” với các vi khuẩn *P.acnes*. Cả hai bên cùng thương vong và kết quả là hình thành chóp mủ ở giữa mụn mủ chính là xác các tế bào bảo vệ, xác của vi khuẩn và các tế bào chết.



Do sự kết hợp của 3 nguyên nhân chính gây nên

Chế độ sinh hoạt không lành mạnh

Nguyên nhân đầu tiên mà nhiều người mắc phải là chế độ sinh hoạt hằng ngày của bạn không lành mạnh. Bạn thường xuyên thức khuya để học, làm việc hoặc chỉ đơn giản là lướt mạng và nếu tình trạng kéo dài sẽ rất dễ làm cho làn da yếu đi, tạo điều kiện để những tác động có hại xâm nhập vào da gây viêm nhiễm.



Thức khuya dễ làm cho làn da yếu đi và gây nên mụn mủ

Ban đêm là khoảng thời gian nghỉ ngơi để làn da có thể thải độc tố và phục hồi, vì vậy nếu thường xuyên thức khuya sẽ gây ra rối loạn nhịp nội tiết tố và khi đó làn da cũng sẽ không được tái tạo. Chỉ cần thức khuya sau 1 đêm thì sáng hôm sau bạn sẽ cảm thấy da mặt già đi trông thấy và kèm theo đó là sự xuất hiện của những nốt mụn cứng, sưng đỏ và da mặt có nhiều chất nhờn do làn da không được nghỉ ngơi và tái tạo.

Chế độ ăn uống không khoa học

Tiếp đó, chế độ ăn uống cũng là nguyên nhân rất ảnh hưởng đến làn da của bạn. Đối với người thường xuyên ăn uống không khoa học sẽ rất dễ đẩy cơ thể vào trong trạng thái mất cân bằng và dễ gây ra những nốt mụn cứng, sưng đỏ, sau đó dần dần hình thành những nốt mụn bọc có mủ. Bên cạnh đó, ngày nay có rất nhiều loại thực phẩm kém chất lượng rất dễ khiến cho gan, thận bị ảnh hưởng, dẫn đến tình trạng thiếu nước và làm tăng hoạt động sản xuất bã nhờn gây ra chứng mụn bọc có mủ.

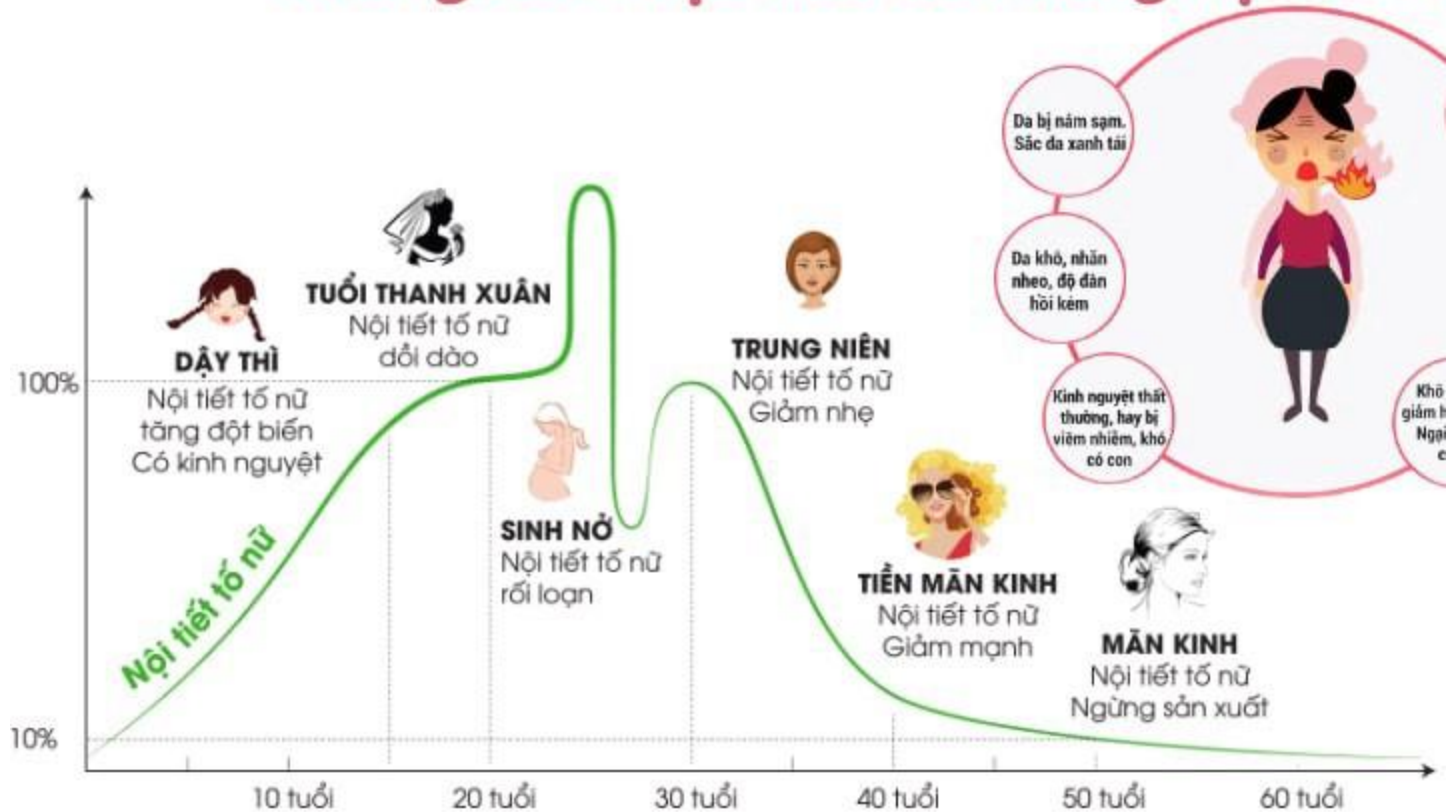


Phải có chế độ ăn uống hợp lí và lựa chọn thực phẩm chất lượng.

Rối loạn hormone

Rối loạn hormone cũng là một trong những nguyên nhân nhiều người mắc phải dẫn đến tình trạng mụn bọc có mủ. Tình trạng này thường xuyên xảy ra ở những người đang trong giai đoạn dậy thì, phụ nữ đang cho con bú, phụ nữ mang thai,... Khi hormone bị rối loạn sẽ khiến cho làn da tiết nhiều bã nhờn, lượng dầu tiết ra nhiều không kịp đào thải ra ngoài làm tắc nghẽn lỗ chân lông dẫn đến sự phát triển và hình thành mụn. Mặc dù rối loạn hormone không gây nguy hại cho cơ thể nhưng sẽ ảnh hưởng trực tiếp đến làn da của bạn.

Những Dấu Hiệu Mất Cân Bằng Nội Tiết T

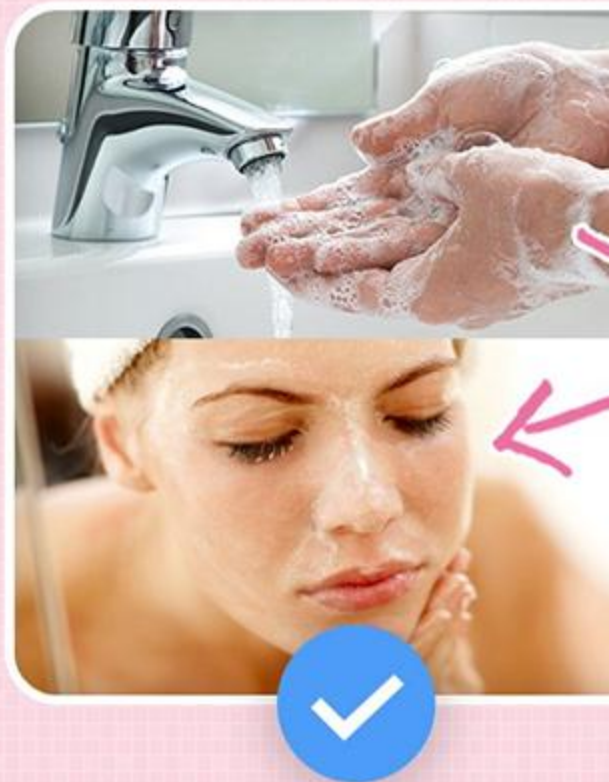
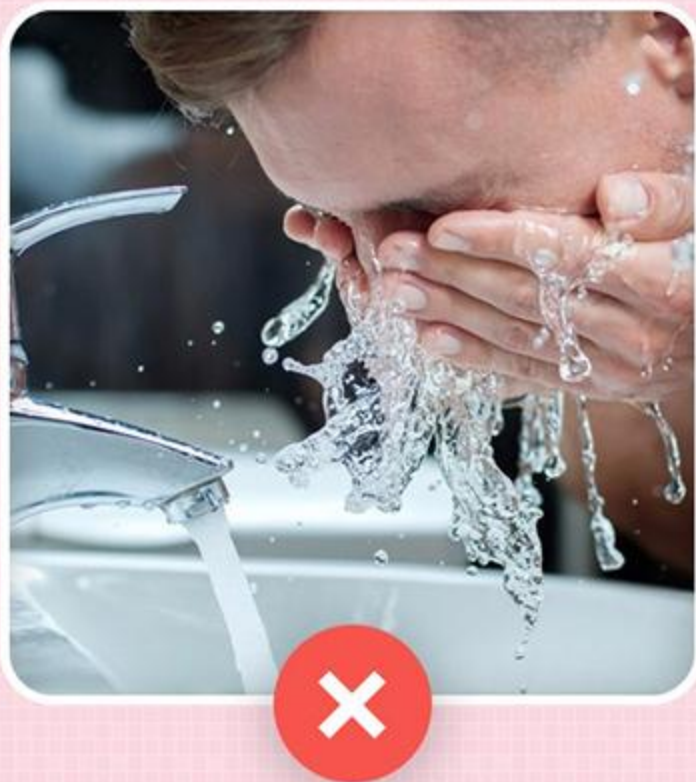


Rối loạn hormone cũng là một trong những nguyên nhân nhiều người mắc phải dẫn đến tình trạng mụn bọc có mủ.

Vệ sinh da mặt không đúng cách

Để có một làn da khỏe có thể ngăn ngừa được các tình trạng mụn thì bạn nên tuân thủ đúng và đủ quy trình làm sạch da. Nhiều người thường cho rằng chỉ cần vệ sinh da bằng cách rửa mặt với nước là đủ, tuy nhiên đó là một quan niệm sai lầm bởi nước không đủ khả năng làm sạch bụi bẩn hoàn toàn và những tế bào chết, bã nhờn hay cặn trang điểm vẫn còn đọng lại trên lỗ chân lông. Đồng thời, bạn cần thật chú ý đến cách rửa mặt sao cho phù hợp để tránh gây ảnh hưởng đến các nếp gấp hay mụn trên da. Bởi vì nếu rửa quá mạnh tay sẽ khiến cho bề mặt da bị tổn thương và tạo điều kiện cho vi khuẩn xâm nhập vào.

SAI LẦM KHI RỬA MẶT CHỈ KHIẾN DA NỔI MỤN



**Vệ sinh sạch sẽ đôi tay trước khi rửa mặt
để ngăn ngừa bụi bẩn, vi khuẩn
xâm nhập lên da mặt**

Để có một làn da khỏe có thể ngăn ngừa được các tình trạng mụn thì bạn nên tuân thủ đúng và đủ quy trình làm sạch da.

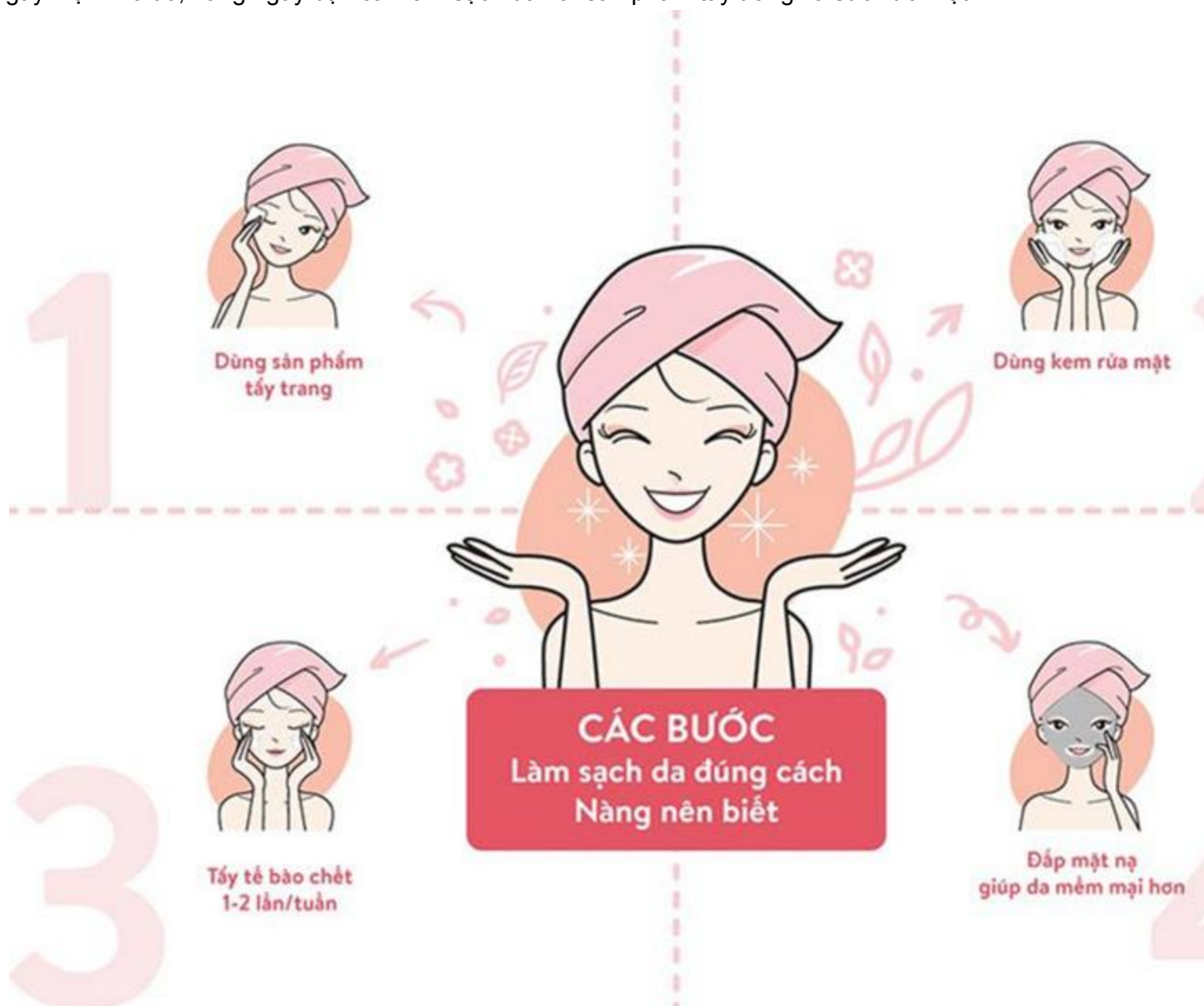
Bên cạnh vệ sinh da mặt sai cách thì việc chọn mua các loại mỹ phẩm kém chất lượng cũng là nguyên nhân khiến cho da hình thành nên mụn ảnh hưởng xấu đến làn da và còn gây ra những bệnh da liễu nguy hiểm. Vì vậy, để bảo vệ da mặt tránh khỏi những thành phần có hại do mỹ phẩm kém chất lượng gây ra thì bạn nên tìm mua những dòng mỹ phẩm chất lượng tốt và có nguồn gốc xuất xứ rõ ràng.

Chăm sóc và điều trị mụn mủ sưng đỏ như thế nào? Trị mụn mủ tại nhà bằng các sản phẩm chất lượng

Với làn da đang bị mụn mủ sưng đỏ bạn nên có một kế hoạch chăm sóc da hoàn hảo và thật sự nghiêm túc nếu muốn cải thiện làn da nhé!

Bước 1: Làm sạch da là điều không thể bỏ qua.

Bạn chỉ dưỡng da mà không làm sạch thì cũng không có tác dụng gì mà nhiều khi còn làm cho làn da ngày càng tệ. Vì vậy, làm sạch da cho da mụn mủ rất quan trọng, mỗi ngày bạn tiếp xúc với nhiều bụi bẩn cộng thêm lớp trang điểm hay kem chống nắng rất dễ gây nên tắc nghẽn và gây mụn. Do đó, hàng ngày bạn cần làm sạch da với sản phẩm tẩy trang và sữa rửa mặt.



Làm sạch da là điều không thể bỏ qua.

Lựa chọn những loại tẩy trang dịu nhẹ dành riêng cho da mụn, bạn thực hiện tẩy trang trước, sau đó rửa lại mặt với sữa rửa mặt. Thực hiện theo quy trình tuần tự, da bạn sẽ được làm sạch sâu, thông thoáng hơn, ngăn ngừa mụn mọc. Ngoài ra, hằng tuần bạn cũng nên sử dụng các loại tẩy tế bào chết cho da mụn.

Bước 2: Sử dụng toner cho da mụn

Bước kế tiếp trong quy trình chăm sóc da mụn là sử dụng toner, đây là sản phẩm có tác dụng cân bằng độ ẩm cho da, giúp da mềm hơn sau khi làm sạch. Đồng thời, một số toner có khả năng se khít lỗ chân lông, hạn chế mụn hình thành. Khi chọn nước hoa hồng cho da mụn, bạn lưu ý đến thành phần sản phẩm, không chọn các sản phẩm chứa cồn, hương liệu, thành phần

gốc dầu,... Bởi chúng có thể làm da bị kích ứng, tình trạng mụn càng thêm tệ hơn.



Sử dụng toner cho da mụn.

Bước 3: Sử dụng kem chấm mụn hoặc tinh chất trị mụn

Bạn lấy một lượng sản phẩm trị mụn vừa đủ thoa đều lên các vết mụn sưng đỏ, nên bôi vào buổi tối để tránh việc tiếp xúc nhiều với khói bụi hay vi khuẩn gây hại. Nhưng hiện nay, trên thị trường có rất nhiều loại kem dưỡng, kem chấm mụn hay tinh chất trị mụn thần thánh với nhiều lời quảng cáo có cánh khiến bạn trở nên hoang mang. Vậy để lựa chọn được sản phẩm trị mụn thật tốt nhất bạn nên tham khảo bảng thành phần của chúng trước khi đưa ra quyết định mua hàng. Thường thì chế phẩm trị mụn mụn sưng đỏ ở mặt thường có những thành phần sau đây:



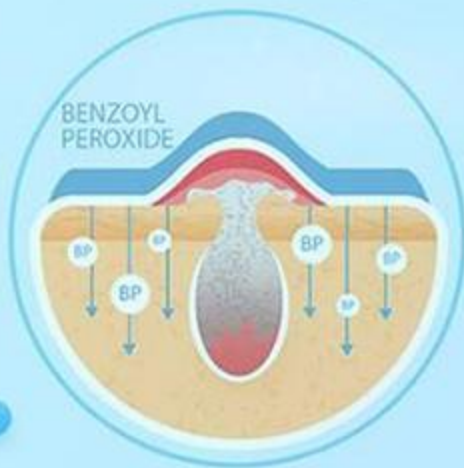
Sử dụng các loại kem chắt mụn, kem trị mụn, tinh chất trị mụn để cải thiện tình trạng mụn

Sulfur: Còn được gọi là lưu huỳnh có tác dụng kháng viêm, kháng khuẩn cao đã được Bộ Y Tế kiểm định. Từ đó, giúp giảm tình trạng mụn sưng đỏ cũng như vết thương bị viêm nhiễm. Ngoài ra, Sulfur còn có tác dụng giảm tiết chất nhờn, làm mềm lớp sừng và còn thúc đẩy quá trình tái tạo da non.

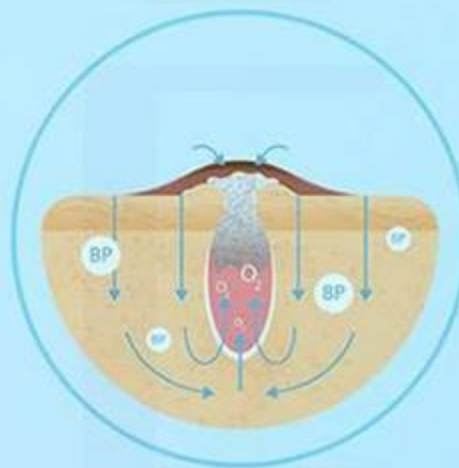
Resorcin: Chất này thường được sử dụng kết hợp với Sulfur giúp tăng hiệu quả điều trị mụn. Cục quản lý Thực Phẩm và Dược Phẩm Hoa Kỳ FDA đã công nhận điều này. Sulfur hỗ trợ giúp Resorcin dễ dàng tác động sâu vào bên trong tiêu diệt vi khuẩn gây mụn. Bên cạnh đó, Resorcin còn tác động làm mềm nhân mụn, giúp còi mụn khô và thoát ra dễ dàng.

Benzoyl Peroxide (BP): Là hoạt chất có tác dụng trị các loại mụn trứng cá nặng như mụn bọc, mụn nang, mụn mủ,... Nó hoạt động bằng cách phá vỡ thành Acid Benzoic và Oxy khi chạm vào da. Oxy giúp tiêu diệt vi khuẩn P.acnes, và acid benzoic đóng vai trò như một chất tẩy tế bào chết sâu, lột bỏ da chết và bã nhờn bên trong lỗ chân lông. Tuy nhiên, do có khả năng oxy hóa cao nên Benzoyl peroxide có thể gây thâm sạm vùng da bị mụn và thúc đẩy tốc độ lão hóa.

BENZOYL PEROXIDE



Benzoyl tác động
trực tiếp
vào ổ viêm mụn



Phân tách thành oxy,
tiêu diệt khuẩn P.Acnes,
gom cồi và khô mụn



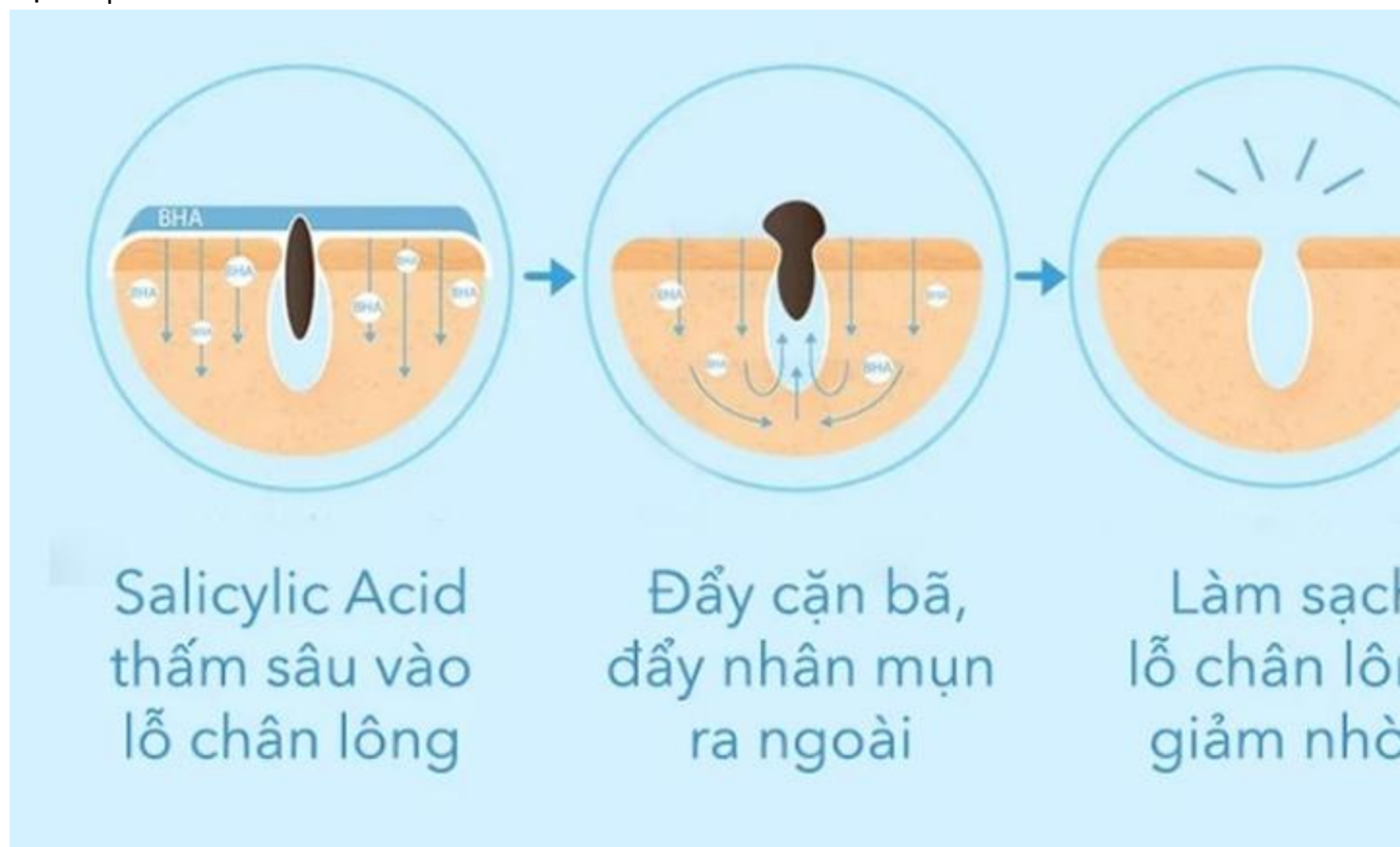
Nhân mụn tiêu

Là hoạt chất có tác dụng trị các loại mụn trứng cá nặng như mụn bọc, mụn nang, mụn mủ
Azelaic Acid: Giúp kháng khuẩn và là thành phần lý tưởng cho việc làm dịu tình trạng viêm da, tẩy đỏ. Các sản phẩm có chứa Azelaic Acid điều trị tốt nhất cho bệnh Rosacea – tình trạng nổi

mụn như mụn trứng cá, da đỏ và xuất hiện nhiều ở trên mặt.

Glycyrrhetinate Acid: Hoạt chất này giúp chống viêm, diệt khuẩn từ đó giảm thiểu tình trạng sưng đỏ và đau rát thường gây ra bởi mụn bọc.

Axit salicylic: Là dẫn xuất của Beta-Hydroxy acid có khả năng tan trong dầu, giúp làm sạch lỗ chân lông và giảm tình trạng nang lông bị bít tắc. Ngoài ra, axit salicylic còn có đặc tính tiêu viêm, giảm ngứa ngáy và đau rát do các nốt mụn bọc gây ra. Các chế phẩm chứa thành phần này được đánh giá khá an toàn và có thể sử dụng lâu dài để thu nhỏ lỗ chân lông và ngăn ngừa mụn tái phát.



Là dẫn xuất của Beta-Hydroxy acid có khả năng tan trong dầu, giúp làm sạch lỗ chân lông

Retinoid: Là dẫn xuất của vitamin A. Hoạt chất này có tác dụng kìm hãm quá trình tạo keratin và làm bong vảy tế bào chết nhằm hạn chế tình trạng bít tắc lỗ chân lông. Nang lông được làm sạch tạo điều kiện cho oxy đi sâu vào bên trong “vô hiệu hóa” hoạt động của vi khuẩn P. acnes và giảm mụn.

Tea Tree Oil (tinh dầu trà trà): Đây là dạng chiết xuất tự nhiên của cây trà trà với đặc tính kháng khuẩn có vai trò làm xẹp mụn, làm lành vết thương cực nhanh. Các chế phẩm được làm từ trà trà chỉ cần chấm lên vết mụn hoặc chỗ hơi sưng đau đau (sắp lên mụn) và để qua một đêm sáng hôm sau sẽ thấy điều kì diệu xảy ra luôn!

Gợi ý một số sản phẩm được tin dùng hiện nay

Kem chấm mụn Bye Bye Blemish Drying Lotion 29.5gr

Kem chấm mụn Bye Bye Blemish Drying Lotion giúp loại bỏ mụn bọc, mụn mủ và trị mụn-thâm một cách tự nhiên mà không cần phải tác động vào da mà sản phẩm giúp cho hạt mụn khô tự nhiên và lấy nhân mụn ra dễ dàng. Với thành phần lưu huỳnh, axit glycolic, dầu cây trà cùng một số thành phần tự nhiên khác nên rất an toàn thân thiện cho mọi loại da, kể cả làn da nhạy

cảm.

- **Thành phần lưu huỳnh:** Giúp kháng khuẩn, chống viêm, làm nhân mụn nhanh khô giúp cho mụn không bị sưng đỏ lên.
- **Thành phần BHA:** Có khả năng điều tiết bã nhờn, loại bỏ lượng bã nhờn dưới da, ngăn ngừa sự hình thành của mụn trên da, phá vỡ các tế bào chết từ sâu bên trong lỗ chân lông.
- Isopropyl Alcohol là chất cồn. Tuy nhiên không làm ảnh hưởng tới da mà chất cồn này chỉ giúp cho BHA tan trong nước, bên cạnh đó chất cồn còn có khả năng sát khuẩn cho da.



Kem chấm mụn Bye Bye Blemish Drying Lotion là một dạng khác so với nhiều sản phẩm thông thường, bởi sản phẩm bên trong được chia thành 2 lớp tách biệt. Lớp dưới là lớp lưu huỳnh kết tủa trị mụn còn lớp ở trên là lớp nước lỏng trong suốt, lưu ý khi sử dụng thì bạn không nên lắc

đều mà giữ sản phẩm 2 lớp tách biệt.

Kem trị mụn Murad Blemish Control Rapid Relief Spot Treatment

Đây là loại kem trị mụn phù hợp cho mọi cơ địa da. Kem trị mụn Murad có thành phần chính là Salicylic Acid có tác dụng giảm sưng viêm, kháng khuẩn, hạn chế tình trạng tăng sinh của tuyến bã nhờn trên da, giúp da thông thoáng và giảm mụn.

Kem trị mụn Paula's Choice Clear Regular Strength Daily Skin

Đây là loại kem trị mụn đem hiệu quả nhanh, giảm tình trạng kích ứng và sưng đỏ do mụn, kháng khuẩn, tiêu diệt vi khuẩn gây mụn đồng thời cung cấp cho da các dưỡng chất cần thiết giúp da phục hồi nhanh chóng.

Kem trị mụn Shiseido Pimplit

Loại kem trị mụn đến từ Nhật Bản này có khả năng kháng viêm khá tốt, từ đó giúp hạn chế tối đa sự hình thành của mụn mới, làm tiêu nhân mụn và loại bỏ tế bào da chết, giúp lỗ chân lông luôn thông thoáng.

Kem trị mụn Laroche Posay Effaclar Duo+

Loại kem trị mụn này có khả năng làm khô cồi mụn nhanh chóng, giảm tình trạng sưng đau khó chịu, tiêu viêm, trị mụn đồng thời hạn chế tối đa tình trạng sẹo thâm trên da sau trị mụn.

Kem trị mụn Pair Acne W Cream



Loại kem trị mụn này giúp đẩy lùi nhanh chóng những triệu chứng khó chịu trên da như sưng tấy, viêm đỏ, làm dịu da, loại bỏ nhân mụn đồng thời cung cấp cho da các dưỡng chất cần thiết cho sự tái tạo da.

Sử dụng kem trị mụn mụn thường đem lại hiệu quả khá tốt và được khách hàng đánh giá cao về độ tiện dụng. Tuy nhiên, nhược điểm của phương pháp này là nếu bạn không sáng suốt trong quá trình lựa chọn, bạn có thể mua phải những sản phẩm kém chất lượng và không đem lại hiệu quả. Bên cạnh đó, phương pháp này chỉ tác động từ một phía (kem bôi ngoài da) nên nguy cơ mụn tái phát sau một thời gian cũng khá cao.

Các hình thức trị mụn viêm bằng công nghệ cao

Nếu bạn quá bận rộn không có nhiều thời gian, bạn muốn trị mụn mụn sưng đỏ nhanh chóng hơn tiết kiệm thời gian hơn, bạn có thể lựa chọn những phương pháp điều trị hiệu quả và an toàn bằng công nghệ cao ngày nay nhưng hãy lựa chọn những cơ sở thật uy tín và được nhiều người đánh giá cao nhé!

Lấy nhân mụn



Phương pháp này chỉ nên sử dụng cho những cái mụn đã già và khi đó sẽ tiến hành lấy nhân mụn theo chuẩn y khoa để làm sạch nang lông và hạn chế mức độ tổn thương.

Điều trị mụn bọc bằng laser

Phương pháp này sử dụng ánh sáng xanh (Blue-light, Green-light) nhằm loại bỏ ổ vi khuẩn trong nang lông, kích thích da sản sinh collagen và elastin nhằm giảm tình trạng sẹo lõm sau khi điều trị mụn. Tuy nhiên, hiệu quả của phương pháp laser còn có nhiều hạn chế. Do đó, hiện nay phương pháp này chủ yếu được áp dụng đồng thời với sử dụng thuốc và chăm sóc da đúng cách.



Sử dụng các phương pháp điều trị công nghệ cao để giúp điều trị mụn mủ sưng đỏ ở mặt
Peel da điều trị

Là phương pháp điều trị mụn mang lại hiệu quả toàn diện vì khả năng vừa trị mụn, vừa làm mờ vết thâm mụn, tái tạo và làm trắng da. Peel da có 3 cấp độ: Peel nông, Peel trung bình và Peel sâu. Trong đó, sử dụng Peel da ở cấp độ trung bình có tác dụng trị mụn rất hiệu quả. Peel da trị mụn cần một quá trình kiên trì và còn tùy thuộc vào tình trạng mụn ở da và cơ địa của bạn.

Tiêm corticoid

Là biện pháp khẩn cấp phải được chỉ định từ các bác sĩ về da, phương pháp này được áp dụng đối với trường hợp mụn bọc lớn và gây viêm đau dữ dội. Corticoid (Corticosteroid/Cortisone) là một Hormone Steroid được tuyến thượng thận bài tiết có tác dụng ức chế miễn dịch, chống dị ứng và kháng viêm. Bác sĩ sẽ tiến hành tiêm một lượng corticoid ở dạng dung dịch vào nốt mụn nhằm giảm viêm và đau nhức. Tuy nhiên, biện pháp này có thể gây sẹo lõm và teo da nếu lạm dụng.



Trước điều trị



Sau 1 lần điều trị

da mặt mình đỡ nhờn hơn,

Hiệu quả điều trị bằng công nghệ cao nhanh chóng và hiệu quả nhưng phải lựa chọn nên uy tín chất lượng

Trị mụn mủ viêm tại nhà bằng liệu pháp thiên nhiên Dầu ô liu và bắp cải

Dầu ô liu và bắp cải là hai loại thực phẩm cực tốt dùng để cấp ẩm và trị các bệnh về da, nhất là với mụn mủ. Bạn có thể dùng hỗn hợp này để trị mụn mủ tại nhà.

Đầu tiên, bạn rửa sạch bắp cải, để ráo nước. Tiếp theo, hãy nghiền nát lá bắp cải rồi trộn với vài muỗng cà phê dầu ô liu. Sau đó, dùng hỗn hợp trên thoa đều lên mặt, giữ khoảng 15 phút rồi rửa sạch.

Nha đam tươi



Nha đam tươi có đặc tính kháng khuẩn, chống oxy hóa và chống viêm cao. Chúng được sử dụng nhiều trong điều trị mụn mủ và các bệnh về da khác.

Trước khi đi ngủ, bạn có thể sử dụng nước ép nha đam tươi hoặc cắt nha đam thành từng lát rồi thoa trực tiếp lên vùng da bị mụn mủ, để qua đêm. Nhớ rửa sạch lại sau khi ngủ dậy vào sáng hôm sau.

Bạn cũng có thể sử dụng nha đam tươi thay cho sữa rửa mặt truyền thống để ngăn ngừa mụn mủ quay lại và đem lại làn da sáng hơn.

Mặt nạ đất sét

Một phương pháp hay được các bác sĩ da liễu gợi ý khi điều trị mụn mủ tại nhà là sử dụng mặt nạ đất sét tự nhiên. Cách xử lý mụn mủ bằng mặt nạ đất sét sẽ giúp hấp thụ dầu thừa và bụi bẩn trên da bạn, làm giảm nguy cơ nổi mụn và nhiễm trùng da.

Mặt nạ đất sét bentonite còn có khả năng làm dịu vùng da bị sưng viêm do mụn mủ gây ra. Bột mặt nạ đất sét bentonite được bán rất nhiều trên thị trường và cũng rất dễ sử dụng.

Bạn chỉ cần trộn bột đất sét bentonite với nước thành một hỗn hợp sệt, thoa đều lên mặt. Sau 15 – 20 phút, bạn hãy rửa sạch lại bằng nước. Sử dụng một tuần hai lần để đạt hiệu quả tốt nhất!

Củ hành tây



Một trong những cách trị mụn mủ sưng to ở mặt đó chính là sử dụng củ hành tây. Củ hành tây chứa nhiều kali, selen, quercetin, vitamin C, chất chống oxy hóa và có tính kháng viêm cao giúp điều trị mụn mủ hiệu quả.

Bạn có thể dùng nước ép hành tây tươi bôi trực tiếp lên vùng da bị mụn mủ liên tục trong vài ngày. Sau đó, bạn sẽ thấy nốt mụn mủ nhanh chóng khô đi. Ngoài ra, selen trong hành tây còn có khả năng khử các gốc tự do, giúp hạn chế để lại sẹo thâm.

Tinh dầu thiên nhiên và nước



Một số loại tinh dầu như tinh dầu trà trà hay tinh dầu hương thảo đều có tác dụng trị mụn mủ. Nếu da bạn hơi nhạy cảm, hãy pha loãng tinh dầu ra và bôi lên vùng da mụn. Chúng có thể làm giảm đau và giúp nốt mụn mau lành hơn.

Ngoài ra, uống nhiều nước là cách đơn giản nhất để điều trị mụn mủ. Uống khoảng 2 lít nước mỗi ngày sẽ giúp cơ thể bạn dễ dàng đào thải độc tố hơn, giảm sưng viêm.

Mật ong

Nhờ khả năng diệt khuẩn và tiêu viêm tốt nên mật ong được dùng trong điều trị mụn bọc mủ.

Không chỉ vậy, trong mật ong còn chứa nhiều Vitamin A, C có tác dụng ngăn ngừa quá trình lão hóa, tăng độ đàn hồi cho da.

Cách thực hiện như sau:

- Việc đầu tiên, bạn nên loại bỏ các chất bã nhờn trên da bằng cách rửa mặt với các sản phẩm hỗ trợ như: bông tẩy trang.
- Sau đó, dùng tăm bông lấy một ít mật ong thoa trực tiếp lên chỗ da bị mụn.
- Để yên và chờ trong vòng 30 phút rồi dùng nước ấm rửa sạch mặt.

Sau nhiều ngày thực hiện thì tình trạng sưng đỏ và đau nhức tại vùng da mụn cũng giảm bớt.



Nhờ khả năng diệt khuẩn và tiêu viêm tốt nên mật ong được dùng trong điều trị mụn bọc mụn Trà xanh

Hàm lượng Vitamin B, C, E và các khoáng chất chứa trong mỗi lá trà xanh rất cao. Vì vậy, nguyên liệu này thường có mặt trong các sản phẩm chăm sóc da nhằm nuôi dưỡng và ngăn ngừa quá trình lão hóa. Không chỉ vậy, hoạt chất EGCG có trong nguyên liệu này còn có khả năng tiêu viêm, diệt các vi khuẩn gây mụn. Do đó, bạn có thể sử dụng trà xanh để trị mụn bọc mụn thông qua cách làm dưới đây:

- Chuẩn bị một vài lá trà xanh, rửa sạch, cho vào máy xay nhuyễn, sau đó ép lấy nước cốt.
- Vệ sinh da mặt sạch sẽ.
- Dùng tấm bông chấm vào phần nước cốt vừa ép được, sau đó thoa trực tiếp lên vùng da mụn bọc mụn.
- Bạn nên để yên và đợi trong khoảng 15 – 20 phút, rồi rửa lại với nước sạch.

Để giảm bớt tình trạng viêm nhiễm do mụn mụn gây ra, bạn nên thực hiện cách trị mụn bằng trà xanh mỗi tuần từ 3 – 4 lần.



Trị mụn bọc mụn bằng rau diếp cá

Rau diếp cá có tác dụng kháng khuẩn cao, do đó làm giảm tình trạng viêm nhiễm ở da mụn. Đồng thời, lượng Vitamin và khoáng chất có trong loại rau này còn có khả năng phục hồi vùng da bị tổn thương. Vì vậy, bạn có thể dùng rau diếp cá để điều trị mụn bọc mụn, theo cách làm sau đây:

- Rửa sạch rau diếp cá đã được chuẩn bị, sau đó đem xay nhuyễn và ép để lấy nước cốt.
- Dùng bông thấm vào dung dịch nước cốt rau diếp cá, rồi thoa trực tiếp lên vùng da bị mụn bọc mụn.
- Sau đó, bạn nên để yên khoảng 10 – 15 phút và dùng nước ấm rửa mặt.

Mỗi tuần, bạn nên thực hiện cách làm trên từ 2 – 3 lần để giảm thiểu mụn bọc mụn một cách nhanh chóng.



Cách ngăn ngừa mụn mủ hiệu quả

Cách ngăn ngừa mụn mủ đơn giản nhất là vệ sinh da sạch sẽ mỗi ngày và giữ cho da không bị bí tắc bởi dầu thừa. Bạn nên rửa mặt ít nhất hai lần trong ngày bằng sữa rửa mặt dành riêng cho da của bạn.

Dù bạn thuộc loại da nào thì tốt nhất nên tránh các sản phẩm có gốc dầu nhé, vì dầu có thể làm tắc nghẽn lỗ chân lông, làm phát sinh mụn mủ.

Mụn mủ gây khó chịu và mất thẩm mỹ. Mụn mủ nhỏ thường vô hại và sẽ tự khỏi. Chăm chỉ giữ sạch da và hạn chế dầu nhờn sẽ giúp bạn ngăn ngừa mụn mủ hoặc giảm mức độ trầm trọng của chúng.

Cách chữa mụn viêm mủ tại nhà bằng các loại thuốc không kê đơn OTC hoặc liệu pháp thiên nhiên có thể hiệu quả và ít tốn kém. Nhưng nếu tình trạng mụn mủ xấu đi, không tự khỏi hoặc thành mãn tính, bạn nên đi khám bác sĩ và xin tư vấn phương pháp điều trị thích hợp hơn.



bright picture of male doctor with patient Những lưu ý khi trị mụn bọc mủ ở nhà
Tùy vào mức độ phát triển của mụn, mà bạn có thể lựa chọn cách trị mụn bọc mủ bằng thuốc hay thảo dược. Để việc điều trị đạt hiệu quả cao, bạn có thể tham khảo một số điều lưu ý dưới đây:

- Làm sạch da mặt bằng các sản phẩm như: sữa rửa mặt, nước tẩy trang,... Đồng thời, bạn cũng không nên sử dụng nhiều loại mỹ phẩm để trang điểm, vì có thể gây bí tắc lỗ chân lông.
- Nếu nặn mụn không đúng cách sẽ làm các nốt mụn bị chai sần, thâm, nặng hơn có thể gây viêm nhiễm. Vì vậy, bạn không nên sờ hoặc nặn mụn bằng tay, đồng thời chỉ nên lấy mụn khi chúng đã khô và nổi nhân trắng.
- Việc tẩy da chết định kỳ 1 – 2 lần/tuần sẽ giúp làn da của bạn loại bỏ được các chất bã nhờn gây bí tắc lỗ chân lông, ngăn ngừa mụn phát triển.
- Khi đi ra đường hoặc tiếp xúc trực tiếp với ánh nắng mặt trời, bạn nên che chắn và sử dụng kem chống nắng dịu nhẹ để bảo vệ làn da của mình trước các tác nhân gây mụn.
- Một chế độ ăn uống và nghỉ ngơi khoa học là cách trị mụn bọc mủ đơn giản nhưng hiệu

quả. Vì vậy, bạn hạn chế ăn các đồ ăn nhiều dầu mỡ, cay nóng,... Việc tập thể dục thường xuyên kết hợp với ngủ sớm sẽ giúp tăng cường sức khỏe cho làn da.



Tổng kết

Hy vọng qua những lời chia sẻ của trên chúng tôi đã giúp bạn hiểu được tình trạng da mụn mủ là thế nào và những nguyên nhân gây nên để bạn lựa chọn được *cách trị mụn viêm mủ* tốt nhất có thể.

Bài viết [Cách trị mụn viêm mủ an toàn, không để lại sẹo thâm | Công thức thiên nhiên, sản phẩm tốt, biện pháp công nghệ](#) đã xuất hiện đầu tiên vào ngày [Cách trị mụn viêm](#).

Nguồn: Cách trị mụn viêm

<https://cachtrimunviem.com/cach-tri-mun-viem-mu/>

<https://cachtrimunviem.com>

Xem thêm tại:

<https://drive.google.com/drive/folders/1xcRapVdOKVz41XF6KmVuM5YbAEW5-j3Q>