

Từ lâu, chị em phụ nữ đã biết đến phương pháp làm đẹp tự nhiên **làm sạch mặt bằng chanh** tươi. Không chỉ tiết kiệm mà còn rất hiệu quả. Chỉ cần liên tục dùng chanh tươi để rửa mặt bạn sẽ nhanh chóng có được làn da sáng mịn mà nhiều người thèm muốn. Vì vậy, trong bài viết này, chúng tôi sẽ hướng dẫn các bạn làm đẹp da mặt bằng cách rửa mặt bằng chanh đơn giản tại nhà.



Làm sạch mặt bằng chanh có những lợi ích gì?

Từ lâu chúng ta đã hiểu tác dụng của chanh, chanh vừa là nguyên liệu để chế biến món ăn, giải khát, vừa có tác dụng rất tốt trong việc **làm sạch mặt bằng chanh**. Chanh tươi chứa hàm lượng vitamin C cao có tác dụng chống lão hóa da, cải thiện sắc tố da, đánh bay các vết thâm do mụn và sẹo lâu năm.

Ngoài ra, hàm lượng axit trong chanh tươi giúp làn da của bạn trở nên tươi sáng và mịn màng hơn. Vì những lý do trên mà người ta sử dụng chanh tươi rất nhiều để làm đẹp. Hãy cùng khám phá những tác dụng tuyệt vời mà chanh tươi mang lại cho làn da của bạn:

- Thành phần axit tự nhiên có tác dụng làm sạch bã nhờn, bụi bẩn tích tụ sâu dưới da khiến lỗ chân lông bị tắc nghẽn, hình thành mụn. Không chỉ vậy, nếu sử dụng đúng cách, chanh sẽ giúp tẩy sạch lớp tế bào chết, kháng khuẩn, ngăn ngừa vi khuẩn cho da, mang lại cảm giác sạch sâu.
- Rửa mặt bằng chanh sẽ giúp loại bỏ vi khuẩn có hại, gây viêm nhiễm cho da, nguyên nhân chính hình thành nên những tên mụn khó ưa.
- Thường xuyên dùng chanh để rửa mặt không gây hại nhiều cho da mà còn giúp da sáng mịn nhờ lượng vitamin C mà chanh cung cấp.

Vậy rửa mặt bằng chanh có bao nhiêu cách, chúng ta cùng tìm hiểu ở phần dưới đây nhé.



Mách bạn 5 cách rửa mặt bằng chanh tươi để làm đẹp da

Chanh tươi dùng để rửa mặt rất tốt, hiện nay chúng ta có thể sáng tạo ra nhiều phương pháp rửa mặt bằng chanh tươi. Tuy nhiên, nếu không thực hiện đúng quy trình sẽ không đạt hiệu quả cao và ảnh hưởng không tốt đến làn da. Chúng tôi sẽ hướng dẫn bạn hai cách rửa mặt bằng chanh:

Rửa mặt bằng nước chanh và nước sạch

Rửa mặt bằng chanh tươi với nước không chỉ đơn giản, nhanh chóng mà còn rất hiệu quả.

Nguyên liệu sử dụng chỉ cần có nước và vài giọt nước cốt chanh.

Chuẩn bị

- Chanh tươi: 1 quả.
- Nước lọc.
- Bát nhỏ.



Cách thực hiện

- Bạn hãy chọn một quả chanh tươi, rửa sạch sau đó cắt đôi và vắt lấy nước cốt.
- Thêm một chút nước vào bát nước cốt chanh và trộn đều.
- Rửa sạch mặt bằng nước sạch. Sau đó, massage cho hỗn hợp thẩm thấu vào da, thả lỏng cơ mặt và massage.
- Massage khoảng 2 phút, sau đó rửa sạch mặt với nước và sữa rửa mặt như bình thường.
- Ngoài ra, bạn có thể pha loãng hỗn hợp trên trong bình xịt và sử dụng như xịt khoáng sau mỗi lần rửa mặt.

Rửa mặt bằng chanh + muối

Bạn đã bao giờ nghe đến sự kết hợp của chanh và muối để làm đẹp chưa? Muối là một trong những nguyên liệu có khả năng kháng viêm, kháng khuẩn cao. Ngoài ra, muối còn giúp dưỡng ẩm và tái tạo da. Vì vậy, việc sử dụng chanh và muối để làm đẹp rất hiệu quả.

Chuẩn bị

- Chanh tươi: 1 quả
- Muối trắng tinh: 1 thìa
- Nước lọc
- bát nhỏ



Làm sạch sâu cho bằng nước cốt chanh

Cách thực hiện

- Chanh tươi chọn quả tươi, rửa sạch rồi ép lấy nước.
- Thêm nước ấm vào bát chanh, trộn đều. Sau đó cho muối vào trộn đều.
- Rửa sạch mặt bằng nước. Sau đó thoa đều hỗn hợp lên da, massage và thư giãn cơ mặt. Sau khoảng 5 phút, rửa sạch bằng nước trong
- Sau đó dùng nước ấm để rửa lại mặt. Sử dụng 2 lần / tuần để có được làn da sáng mịn mà bạn hằng mong ước.

Về phần vỏ chanh, nếu không vứt đi, bạn có thể dùng để tẩy tế bào chết cho da. Tẩy da chết bằng vỏ chanh rất hiệu quả, bạn chỉ cần rửa sạch vỏ, xay lấy nước rồi đắp lên mặt, dùng hai tay chà xát vào nhau trong vòng 2 phút sẽ giúp loại bỏ lớp da chết sần sùi trên da.

Rửa mặt bằng nước chanh và phèn chua

Rửa mặt bằng chanh kết hợp với phèn chua giúp mở lỗ chân lông, loại bỏ bụi bẩn và dầu thừa trên da. Nhờ đó, nó vừa giúp làm sạch da, vừa giúp giảm mụn hiệu quả.

Chuẩn bị

- Phèn chua.
- ½ quả chanh.



Cách thực hiện

- $\frac{1}{2}$ quả chanh vắt lấy nước cốt, sau đó trộn với một ít phèn chua.
- Sau khi phèn chua tan, bạn nhúng một miếng bông gòn vào dung dịch và thoa nhẹ lên da.
- Thư giãn trong 20 phút, sau đó rửa sạch bằng nước ấm.

Rửa mặt bằng nước chanh, mật ong và sữa chua không đường

Mật ong không chỉ là chất cấp ẩm cho da mà còn có tác dụng kháng viêm, giảm sưng mụn nhờ chứa nhiều hoạt chất chống oxy hóa. Còn đối với sữa chua không đường, giàu vitamin B6, canxi và protein sẽ giúp hydrat hóa và cung cấp nước tối ưu cho làn da của bạn. Khi bạn trộn 2 nguyên liệu trên với nước cốt chanh có chứa chất kháng khuẩn sẽ giúp tiêu diệt vi khuẩn có hại trên da, làm mờ vết thâm và seo mụn.

Chuẩn bị

- $\frac{1}{2}$ quả chanh.
- 1 thìa cà phê mật ong.
- 2 thìa sữa tươi không đường.



Cách thực hiện

- Trộn đều tất cả các nguyên liệu lại với nhau, sau đó cho vào ngăn mát tủ lạnh khoảng 20 phút.
- Xông hơi để mở lỗ chân lông. Sau đó, nhẹ nhàng thoa đều hỗn hợp lên da.
- Rửa lại mặt bằng nước sạch sau 15 phút.

Làm đẹp từ nước chanh và lòng trắng trứng

Công thức rửa mặt bằng lòng trắng trứng gà bằng chanh được nhiều chị em chia sẻ giúp da mặt mịn màng và tươi sáng hơn. Đồng thời, chúng còn giúp làm mờ các vết thâm nám, tàn nhang hiệu quả.

Chuẩn bị

- 1 lòng trắng trứng gà.
- 1 thìa nước cốt chanh.



Cách thực hiện

- Tách lấy lòng trắng trứng gà, sau đó thêm một thìa cà phê nước cốt chanh.
- Đánh đều cho đến khi hỗn hợp sủi bọt.
- Thoa đều hỗn hợp lên mặt. Giữ khoảng 10-15 phút, sau đó rửa sạch mặt bằng nước lạnh.

Rửa mặt với nước chanh: Hại nhiều hơn lợi?

Mặc dù mang lại nhiều lợi ích tức thì nhưng rửa mặt bằng chanh không phải là phương pháp làm đẹp lâu dài, tiềm ẩn nhiều nguy cơ gây hại cho sức khỏe làn da:

Rửa mặt bằng chanh có thể phá vỡ lớp màng dưỡng ẩm tự nhiên (lipid).

Da của chúng ta có tính axit nhẹ với độ pH dao động từ 4 đến 5. Đây là con số lý tưởng để da duy trì các chức năng bảo vệ và dưỡng ẩm. Tuy nhiên, khi bạn rửa mặt bằng chanh, lớp màng lipid bị phá vỡ nhanh chóng. Kết quả là da bị mất nước, trở nên thô ráp, đóng vảy và dễ bị tấn công bởi các yếu tố bên ngoài (ánh nắng, bụi bẩn, vi khuẩn).

Tăng nguy cơ da nhạy cảm và dễ kích ứng

Kích ứng da là tác dụng phụ phổ biến nhất của các phương pháp làm đẹp bằng chanh. Do đó,

chanh có tính axit mạnh không thích hợp cho những người có làn da nhạy cảm, mụn trứng cá hoặc da khô, vì chúng có thể làm cho da đỏ, ngứa, nổi mụn, khô và đóng vảy. .



Chanh khiến da khô, da nhạy cảm bị kích ứng, mẩn đỏ và bong tróc mạnh. Mắc bệnh bạch biến. Nhiều người cho rằng rửa mặt bằng chanh giúp làm mờ sẹo thâm và cải thiện độ sáng của da. Tuy nhiên, sự thật là sau khi dùng chanh để làm sạch da có thể xuất hiện nhiều đốm trắng. Điều này ảnh hưởng đến thẩm mỹ khuôn mặt, khiến chị em mất nhiều thời gian và tiền bạc cho việc điều trị.

Làm sạch da bằng chanh làm tăng nguy cơ cháy nắng, viêm da

Thông thường, khi rửa mặt bằng chanh, các chuyên gia khuyên bạn nên tránh tiếp xúc với ánh nắng mặt trời và thoa kem chống nắng hàng ngày. Nguyên nhân là do chanh chứa nhiều furocoumarin – hoạt chất phản ứng mạnh với tia UV, gây mẩn đỏ, ngứa, sưng tấy, nổi mụn nước, viêm da và thậm chí là cháy nắng.

Tuy nhiên, thực tế là dù có sử dụng kem chống nắng thì bạn cũng chỉ giảm thiểu được những tác dụng phụ không mong muốn chứ không ngăn ngừa được hết. Điều này cũng lý giải tại sao rửa mặt bằng nước chanh không phải là biện pháp làm đẹp da hữu ích. Vì nguy cơ gây tổn thương da và tế bào là cực kỳ cao.

Bạn cần lưu ý điều gì khi rửa mặt bằng chanh?

Chanh tươi dùng để rửa mặt mang lại nhiều lợi ích. Tuy nhiên, nếu lạm dụng hoặc sử dụng

không đúng cách sẽ ảnh hưởng đến làn da của bạn. Vì vậy, khi làm đẹp bằng chanh tươi, bạn cần lưu ý:

- Với những vùng da bị tổn thương, bạn không nên để chanh tiếp xúc với vùng da đó, nhất là những nốt mụn hở. Nếu bạn sử dụng nước chanh để khử trùng, nó sẽ làm trầm trọng thêm tình trạng của da. Chỉ nên dùng chanh tươi để ngăn ngừa mụn hình thành, trị mụn đầu đen, mụn ẩn.
- Không nên dùng chanh tươi để rửa mặt với tần suất và độ dày quá nhiều. Chanh cho axit, nếu dùng nhiều sẽ làm mất dầu, làm da căng bóng, mất cân bằng độ pH, khiến da khô và bong tróc. Vì vậy, khi rửa mặt bằng chanh, bạn chỉ nên dùng lượng nước cốt chanh vừa đủ để phát huy tác dụng tối đa.



- Sau khi rửa mặt bằng chanh, bạn không nên phơi nắng. Nếu phải ra ngoài, bạn nên che chắn và thoa kem chống nắng để tránh các tác nhân có hại từ môi trường khiến da bắt nắng, sạm đen. Vì vậy, lời khuyên dành cho bạn là chỉ nên rửa mặt bằng chanh vào buổi tối trước khi đi ngủ.
- Nếu sở hữu làn da khô, bạn chỉ nên dùng một ít chanh để rửa mặt và thoa thêm một lớp nước hoa hồng để cân bằng độ pH cho da.
- Bạn chỉ nên rửa mặt bằng chanh tươi 2 lần / tuần, không nên quá lạm dụng. Khi sử dụng, pha nước cốt chanh với nước ấm để giảm độ chua.

- Khi đạt được hiệu quả sử dụng, bạn nên ngưng rửa mặt bằng nước cốt chanh để tránh bào mòn da, mỏng da và bắt nắng.
Không những vậy, bạn có thể sử dụng kết hợp chanh với sữa chua hoặc mật ong đều mang lại hiệu quả tuyệt vời.

Tổng kết

Như vậy qua bài viết này các bạn đã có thể thấy rõ tác dụng *làm sạch mặt bằng chanh* trong việc làm đẹp da. Tuy nhiên để đạt được hiệu quả cao bạn cần sử dụng đúng cách và không nên lạm dụng quá nhiều. Cảm ơn các bạn đã chú ý theo dõi. Đừng quên chia sẻ nếu bạn thấy thông tin hữu ích.

Xem thêm các thông tin mới tại: <https://ruamatduncach.com/>

Bài viết [Top 5 cách làm sạch mặt bằng chanh hiệu quả tại nhà | Hướng dẫn chi tiết, phân tích lợi – hại, lưu ý](#) đã xuất hiện đầu tiên vào ngày [RUAMATDUNCACH.COM](https://ruamatduncach.com/).

Nguồn: RUAMATDUNCACH.COM

<https://ruamatduncach.com/lam-sach-mat-bang-chanh/>

<https://ruamatduncach.com>

Xem thêm tại:

https://drive.google.com/drive/folders/1EKga7aMwnRcFoe_GFxD1bNLQ1D-fzRmL