

Những **cách làm trắng da vùng cổ và gáy** đơn giản tại nhà dưới đây sẽ giúp bạn nhanh chóng thoát khỏi vấn đề da cổ, da tay đen sạm, khô ráp khiến các bạn gái mất tự tin. Vùng da này là nơi tố cáo tuổi tác cũng như việc không quan tâm đến việc chăm sóc cơ thể vì vậy hãy đọc ngay bài viết này nhé!

Tại sao chúng ta cần cách làm trắng da vùng cổ và gáy?

Cách làm trắng da vùng cổ và gáy sẽ được thực hiện hiệu quả nếu ta phòng tránh được các nguyên nhân gốc rễ gây ra đen sạm:

- **Đồ mồ hôi nhiều:** Nguyên nhân phổ biến khiến vùng da cổ, gáy bị thâm đen là do tuyến mồ hôi hoạt động quá mức khiến mồ hôi tích tụ quá nhiều ở vùng cổ và gáy. Tạo điều kiện cho bụi bẩn bám vào, nếu không được vệ sinh cẩn thận lâu dần sẽ tạo thành lớp thâm đen.
- **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 đi.
- **Do thiếu ẩm:** Độ dày của da cổ chỉ bằng 2/3 da mặt, các tuyến mỡ chỉ bằng 1/3 da mặt. Do đó, vùng da này rất dễ bị mất độ ẩm và khô ráp, dễ dẫn đến tình trạng thâm đen ở 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 hay bỏ quên khi thực hiện các bước chăm sóc da nhất. Đặc biệt là bỏ qua bước kem chống nắng khiến vùng da cổ, gáy bị ánh nắng mặt trời tấn công gây ra các tình trạng như sạm da, thâm nám, lão hóa.



Làm trắng da vùng cổ và gáy bằng nguyên liệu thiên nhiên Nha đam

Nha đam có thể làm sáng vùng da cổ và gáy bằng cách ức chế hoạt động của enzym gây sạm da. Thành phần tự nhiên này cũng có hiệu quả giữ nước và nuôi dưỡng làn da, vì vậy bạn chắc chắn sẽ nhận được nhiều lợi ích hơn.

Chuẩn bị

- Nha đam

Cách làm

- Dùng gel lô hội tươi hoặc gel lô hội nguyên chất thoa đều lên vùng da cổ, massage nhẹ nhàng.
- Chờ khoảng 10 phút rồi gội sạch bằng nước mát.

Thực hiện hàng ngày để có kết quả tốt nhất.

Giấm táo

Giấm táo có khả năng cân bằng độ pH và là một trong những nguyên liệu làm trắng da quen thuộc. Chúng còn có tác dụng tẩy tế bào chết nhẹ (nhờ axit malic) từ đó giúp bạn khắc phục và ngăn ngừa thâm cổ hiệu quả.



Chuẩn bị

- Giấm táo
- Cách làm
- Pha giấm táo với nước sạch theo tỷ lệ 1: 2.
- Dùng bông gòn thấm hỗn hợp thu được và thoa đều lên cổ và sau gáy.
- Giữ nó trong 10 phút và sau đó rửa sạch bằng nước.
- Thực hiện hàng ngày cho đến khi đạt được kết quả mong muốn.

Baking soda

Baking soda sẽ giúp bạn “tiêu diệt” những vùng da bị thâm bằng cách loại bỏ da chết, bụi bẩn... tích tụ. Phương pháp này còn góp phần thúc đẩy quá trình tuần hoàn để nuôi dưỡng và cải thiện làn da từ bên trong.



Baking soda tẩy

sạch đi các vết thâm sạm hiệu quả Chuẩn bị

- Baking soda
- Cách làm
- Trộn muối nở với nước để được hỗn hợp sền sệt.
- Áp dụng công thức trên cho vùng cổ và sau gáy.
- Chờ cho đến khi hỗn hợp khô lại, sau đó rửa sạch với nước.

Sử dụng phương pháp này thường xuyên hàng ngày hoặc 2-3 lần một tuần.

Chanh

Chanh có đặc tính tẩy trắng da tự nhiên nên đây cũng được coi là phương pháp làm sáng da tự nhiên rất đáng để tham khảo.

Chuẩn bị

- Chanh
- Dầu oliu
- Cách làm
- Trộn nước cốt chanh với dầu ô liu theo tỷ lệ 1: 1.
- Thoa đều hỗn hợp nước cốt chanh lên vùng cổ và gáy.
- Chờ trong 15-20 phút và sau đó rửa sạch với nước.
- Thực hiện hàng ngày hoặc 2-3 lần / tuần (nếu da bạn hơi nhạy cảm) trong khoảng 1 tháng.

Chanh và dầu oliu

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, có thể dễ dàng loại bỏ các lớp tế bào chết khiến vùng da cổ và gáy bị thâm. Giúp da đều màu, mịn màng với tất cả các vùng trên cơ thể. Cách làm trắng da cổ và gáy bằng chanh rất đơn giản.



Chuẩn bị

- Chanh
- Dầu oliu

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 cho các dưỡng chất thấm đều.
- Xả lại bằng nước mát.

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 nhanh chóng. Bởi trong chanh có chứa hàm lượng lớn dưỡng chất vitamin C và axit citric – Một trong những nguyên liệu giúp xóa mờ vết thâm ở những vùng da tối màu vô cùng hiệu quả.

Bên cạnh đó, nước hoa hồng giúp làm dịu da, hỗ trợ quá trình thẩm thấu dưỡng chất sâu hơn vào da. Các thành phần dinh dưỡng như vitamin A còn giúp kháng khuẩn và là cách chống lão hóa da rất tốt.

Việc làm trắng vùng da cổ và gáy bằng chanh và nước hoa hồng cực hiệu quả Chuẩn bị

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

Cách làm

- Đầu tiên, bạn trộn đều hai dung dịch trên thành hỗn hợp.

- Sau đó, dùng tay hoặc bông gòn thấm dung dịch trên rồi thoa đều lên vùng da cổ và gáy đã được vệ sinh sạch sẽ.
 - 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 một tuần để có kết quả tốt nhất.

Cam Tươi

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



Chuẩn bị

- Cam
- Cách làm
- Đầu tiên, bạn có thể sử dụng nước ép từ cam
 - Sau đó, dùng tay hoặc dùng bông gòn thấm dung dịch cam tươi thoa đều lên vùng da cổ, gáy.
 - Sau đó, bạn chỉ cần lặp lại bước thoa nước cam lên da khoảng 3 lần và ủ trong vòng 10 – 15 phút rồi rửa sạch lại với nước mát.

Đối với cách làm trắng da này, bạn có thể thực hiện khoảng 2 lần / tuần và sau khoảng 1 tháng sử dụng, bạn sẽ thấy vùng da cổ và gáy có sự thay đổi rõ rệt.

Nước ép khoai tây

Tương tự như chanh, khoai tây cũng có công dụng làm sáng da khá hiệu quả. Do đó, bạn hoàn toàn có thể tận dụng nguyên liệu tự nhiên này để khắc phục những mảng da tối màu ở cổ và gáy.



Các dưỡng chất có trong khoai tây giúp làn da trắng sáng mịn màng hơn Chuẩn bị

- Khoai tây
- Cách làm
- Khoai tây gọt vỏ, rửa sạch rồi ép lấy nước.
- Thoa đều nước ép khoai tây lên vùng da bị thâm.

Khoảng 10-15 phút sau thì gội sạch lại bằng nước ấm. Bôi 1-2 lần / ngày.

Yến mạch

Ngoài tác dụng tẩy tế bào chết, yến mạch còn có thể cải thiện làn da khô, hỗ trợ dưỡng ẩm cho da. Đó là lý do tại sao chúng được coi là một trong những phương pháp chữa trị thâm cổ linh hoạt nhất.



Chuẩn bị

- Yến mạch
- Nước ép cà chua hoặc nước hoa hồng

Cách làm

- Trộn bột yến mạch với một ít nước ép cà chua hoặc nước hoa hồng.
- Thoa hỗn hợp lên cổ, massage nhẹ nhàng.
Chờ khoảng 20 phút, tiếp tục massage thêm một lần nữa trước khi rửa sạch bằng nước mát.
- Thực hiện cách này 2-3 lần / tuần để đạt hiệu quả tốt nhất.

Vitamin E

Vitamin E có thể ức chế hoạt động của các enzym gây sạm da, từ đó góp phần cải thiện sắc thái vùng da cổ và gáy. Tác dụng dưỡng ẩm và làm mềm da của chúng cũng rất hữu ích trong việc cải thiện làn da từ bên trong.



Chuẩn bị

- Vitamin E

Cách làm

- Chiết xuất dầu từ 3-4 viên nang vitamin E.
- Thoa dầu vitamin E lên vùng cổ và gáy, massage trong vài phút. Giữ qua đêm và làm sạch vào sáng hôm sau.
- Áp dụng mỗi ngày cho đến khi đạt được kết quả mong muốn.

Sữa chua và chanh

Các enzym trong sữa chua là thành phần hàng đầu để làm trắng da. Cách làm trắng da cổ và gáy bằng sữa chua không chỉ làm trắng da, mờ vết thâm mà các thành phần trong sữa chua còn giúp da mịn màng, sáng bóng. Sữa chua Sữa chua giúp vùng da cổ và gáy trắng mịn hoàn hảo

Chuẩn bị

- 3 sữa chua không đường
- 1 quả chanh



Cách làm

- Vắt nước cốt chanh để 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 cho các dưỡng chất thẩm thấu.
- Xả lại bằng nước mát.

Nghệ và sữa chua không đường

Đối với những trường hợp vùng da cổ bị thâm đen vì tiếp xúc nhiều với ánh nắng thì nghệ sẽ là nguyên liệu làm trắng da lý tưởng. Bởi không chỉ có công dụng cải thiện tông màu mà nó còn sửa chữa các tế bào da bị tổn thương một cách hiệu quả.



Chuẩn bị

- Nghệ
- Sữa chua không đường

Cách làm

- Bột nghệ với sữa chua không đường.
- Thoa lên vùng da cổ và gáy.
- Chờ khoảng 15 phút hoặc cho đến khi lớp nghệ và sữa chua có dấu hiệu khô lại thì bạn hãy rửa sạch.

Thực hiện hàng ngày để có kết quả nhanh nhất.

Chanh và bột nghệ

Nghệ chứa nhiều chất chống oxy hóa giúp ngăn ngừa các dấu hiệu lão hóa da. Đặc biệt, tinh 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, nghệ rửa mặt trị mụn,...

Đồng thời chanh còn được biết đến với khả năng loại bỏ các vết thâm, nám. Vậy còn cách làm trắng da vùng cổ và gáy nào tuyệt vời hơn khi 2 nguyên liệu “cực chất” này được kết hợp với nhau?



Dùng chanh và bột nghệ giúp vết thâm sạm được cải thiện đáng kể Chuẩn bị

- 50g bột nghệ
- ½ muỗng canh 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 mát.

Bạn nên áp dụng phương pháp này đều đặn 2-3 lần / tuần để nhận thấy sự thay đổi rõ rệt.

Làm trắng da vùng cổ và gáy nhờ thói quen chăm sóc da Tẩy tế bào chết để tái tạo bề mặt da Tẩy tế bào chết giúp chúng ta tái tạo bề mặt da bị tổn thương, cho phép làn da mới, khỏe mạnh và hiện tại trở nên tươi sáng. Vì vậy, muốn vừa phục hồi vừa đánh bay vùng da cổ bị thâm hiệu quả, bạn nên nhớ thường xuyên thực hiện các bước cơ bản cho da.



Sử dụng mỹ phẩm làm sáng da

Da cổ mỏng, dễ thấm thấu hơn da mặt nên sử dụng mỹ phẩm sáng màu sẽ cho hiệu quả nhanh và tốt hơn. Tùy theo tình trạng cũng như nhu cầu mà mỗi người có thể lựa chọn cho mình loại sản phẩm phù hợp. Nhưng hãy đảm bảo rằng bạn chăm sóc da theo đúng chỉ định sẽ chứa một trong những thành phần làm trắng da hiệu quả như AHA, vitamin C, niacinamide, glutathione, retinol ...

Bảo vệ da tối ưu

Tổn thương da do tiếp xúc với tia UVA là tiền chất gây bệnh. Vì vậy, để làm trắng da vùng cổ và gáy nhanh chóng, chúng ta phải chú ý thoa kem chống nắng và che chắn mỗi khi ra ngoài. Da cổ thâm đen, “lệch tông” so với da mặt không phải là tình trạng hiếm gặp. Tuy nhiên, chỉ cần chăm chỉ áp dụng các cách làm trắng da vùng cổ và đóng mở, điều chỉnh các sản phẩm chăm sóc da, bạn hoàn toàn có thể loại bỏ vấn đề này một cách hiệu quả.



Lưu ý

Mặc dù mình đã áp dụng các cách làm trắng da vùng cổ như trên. Nhưng, nhiều chị em vẫn không đạt được kết quả như mong muốn. Điều này có thể do bạn chưa chú ý đến các vấn đề sau:

- Làm sạch da là yếu tố cần thiết nhất mà bạn không nên bỏ qua, nó giúp loại bỏ các chất

- bắn trên bề mặt da.
- Khi ra ngoài, hãy thoa kem chống nắng để bảo vệ da khỏi tác động của ánh nắng mặt trời.
 - Sau khi làm trắng da, nên dùng kem dưỡng ẩm để giữ cho vùng da cổ và gáy luôn mềm mại, mịn màng.
 - Thành phần được lựa chọn cẩn thận, nên sử dụng trên những vùng da nhỏ để tránh gây kích ứng da.
 - Bổ sung dưỡng chất và vitamin từ rau xanh, trái cây giúp nuôi dưỡng làn da trắng mịn từ sâu bên trong.

Tổng kết

Trên đây là những *cách làm trắng da vùng cổ và gáy* bị thâm, lệch tone so với da mặt và toàn thân vô cùng đơn giản và an toàn. Hãy kiên trì áp dụng những cách trên và điều chỉnh 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 [Cách làm trắng da vùng cổ và gáy hiệu quả bất ngờ | Công thức đơn giản](#) đã xuất hiện đầu tiên vào ngày [Trắng Da](#).

Nguồn: Cách làm trắng da – Trắng Da

<https://trangda.vip/cach-lam-trang-da-vung-co-va-gay/>

<https://trangda.vip>

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