**6 bước dưỡng da vào mùa đông**

Vào mùa đông, thời tiết lạnh và độ ẩm không khí xuống thấp, hanh khô khiến sức đề kháng của da dần bị suy yếu, dễ bị kích ứng bởi yếu tố môi trường bên ngoài. Vì vậy nếu không cung cấp đủ độ ẩm và uống nhiều nước, làn da của chúng ta rất dễ bị khô và bong tróc thậm chí còn nứt nẻ.

Có nhiều nguyên nhân khiến da bị khô trong đó có nguyên nhân của thời tiết. Da khô là do bề mặt lớp tế bào sừng không đủ ẩm. Đối với da bình thường, thành phần nước ở lớp sừng chiếm tới hơn 10%. Khi tăng khả năng mất nước qua lớp thượng bì do chức năng hàng rào bảo vệ của da bị ảnh hưởng, lượng nước mất nhiều hơn bình thường, nước trong da giảm gây ra khô da và độ ẩm không khí thấp của mùa đông là một thủ phạm.

Da có thể hơi khô mà mắt thường chúng ta không nhận thấy được nhưng cũng có thể khô nhiều đến mức nứt nẻ da và có thể bội nhiễm, nhiễm trùng... khi đó cần dùng các biện pháp trị liệu làm giảm khô da.

Do đó để bảo vệ và dưỡng da tốt vào mua đông, chúng ta nên sử dụng những sản phẩm dịu nhẹ, ít gây khô da và có khả năng giữ ẩm tốt hơn.

Mách nhỏ các bạn 6 bước dưỡng da tuyệt vời dành cho mùa đông

- Bước 1: Làm sạch da

Làm sạch da là bước không thể thiếu để có một làn da đẹp. Dù bạn có chăm sóc da tốt đến mấy, nhưng lại quên bước làm sạch sau mỗi lần trang điểm hay sau khi thức dậy, thì quá trình dưỡng da của bạn gần như vô ích.

Với dầu tẩy trang 3 in 1 𝑲𝑨𝒁𝑼𝒀𝑶 𝑪𝑳𝑬𝑨𝑵𝑺𝑰𝑵𝑮 𝑶𝑰𝑳, làn da của bạn sẽ được làm sạch gấp 3 lần (triple cleansing). Theo nguyên lý “dầu hòa tan dầu”, vừa làm tẩy trang vừa dùng làm sữa rửa mặt và giúp đào thải độc tố trong da. Ngoài ra sản phẩm còn rất nhiều dưỡng chất giúp dưỡng da và giữ ẩm cho da.

- Bước 2: Tẩy tế bào chết

Quy trình tái tạo tự nhiên của làn da bình thường là 28 ngày, tức là, những tế bào ở lớp đáy sẽ dần được đẩy lên trên bề mặt da và hóa sừng. Vì vậy, màu sắc và độ tươi mịn ở bề mặt biểu hiện cho chất lượng của tế bào ở những sâu tầng bên trong da. Lớp sừng bên ngoài, mặc dù có tác dụng tạo ra lớp hàng rào chắn để bảo vệ da, nhưng đồng thời sẽ cản trở sự thẩm thấu các dưỡng chất từ mỹ phẩm đi vào da. Và như thế, những tế bào ở dưới da không nhận được dưỡng chất đầy đủ sẽ không thể sản sinh và phát triển hoàn thiện, khiến bề mặt da dần mất vẻ mịn màng, tươi sáng vốn có.

Đồng thời, lớp tế bào già cỗi đó nếu không được làm sạch, quyện hòa cùng dưỡng chất có trong mỹ phẩm và mồ hôi, bụi bẩn, cặn trang điểm sẽ gây ra hiện tượng bít tắc lỗ chân lông và tạo nên mụn. Lớp da chết ở trên bề mặt sẽ tạo ra vẻ xám xịt, sẫm màu khiến bề ngoài kém tươi và các dấu hiệu lão hóa chóng xuất hiện.

Vì thế bước tẩy tế bào chết cho da cũng được xem là một trong các bước làm sạch cần thiết.

Với sữa tẩy tế bào 𝑬𝑿𝑭𝑶𝑳𝑰𝑨𝑻𝑰𝑵𝑮 𝑷𝑳𝑼𝑺 𝑴𝑶𝑰𝑺𝑻𝑼𝑹𝑰𝒁𝑬𝑹 𝑷𝑰𝑵𝑲 𝑴𝑰𝑳𝑲𝒀 𝑳𝑶𝑻𝑰𝑶𝑵 có chiết xuất dạng sữa và enzyme trái cây, các tế bào chết và vẩy sừng làm khô và hại da do thời tiết lạnh dễ dàng bị lấy đi mà không làm kích ứng da, giúp làn da thông thoáng và dưỡng da trắng sáng hơn. ( lưu ý: sử dụng 1-2 lần / tuần)

- Bước 3: Cân bằng da

Bằng 𝑴𝑰𝑳𝑫 𝑵𝑨𝑻𝑼𝑹𝑨𝑳 𝑩𝑨𝑳𝑨𝑵𝑪𝑰𝑵𝑮 𝑻𝑶𝑵𝑬𝑹, ngoài giữ ẩm còn giúp dưỡng da sáng hồng tự nhiên, tăng độ đàn hồi và giảm sự tác động của tia Uv. Sản phẩm không chứa cồn nên phù hợp với mọi làn da, kể cả da khô, da mỏng và da nhạy cảm.

- Bước 4: Mặt nạ dưỡng da

Mặt nạ thải độc than hoạt tính 𝑺𝑵𝑶𝑾 𝑪𝑯𝑨𝑹𝑪𝑶𝑨𝑳 𝑫𝑬𝑻𝑶𝑿 𝑷𝑹𝑬𝑴𝑰𝑼𝑴 𝑴𝑨𝑺𝑲 giúp thải sạch sâu độc tố từ bên trong da, Dưỡng trắng da, cung cấp thêm độ ẩm cùng nhiều loại Vitamin, Shea butter và dầu Jojoba làm da khe sít lỗ chân lông. ( lưu ý: sử dụng khoảng 2-3 lần/tuần)

- Bước 5: Dùng kem dưỡng da

Mùa lạnh hanh khô vì thế chúng ta nên lựa chọn loại kem dưỡng ẩm cao và đặc biệt phải an toàn vì da mùa lạnh rất dễ tổn thương. Hiện nay dịch ốc sên được xem là thành phần quan trọng cho công cuộc làm đẹp của chị em phụ nữ. Không những dịch ốc sên giúp dưỡng ẩm cho da mà còn nhiều công dụng làm đẹp khác điều trị lão hóa, trị các vết thâm nám, thâm mụn.

Kem dưỡng trắng sáng da và cấp ẩm tuyệt đối 𝑺𝒏𝒐𝒘 𝑳𝒊𝒈𝒉𝒕𝒆𝒏𝒊𝒏𝒈 𝑪𝒓𝒆𝒂𝒎 được chiết xuất từ những dưỡng chất tinh túy từ thiên nhiên như: dịch ốc sên, dầu ngựa, sữa ong chúa, vàng nano. Ngoài công dụng dưỡng da trắng hồng, sáng mịn màng mà còn làm mờ các đốm nâu, sạm nám và tàn nhang trên da một cách hiệu quả và an toàn, không lột tẩy. Làm giảm và ngăn ngừa lão hóa da, giảm mụn trứng cá, mụn đầu đen, vết sẹo và vết thâm do mụn để lại.

- Bước 6: Bảo vệ làn da

Có câu “phòng bệnh hơn chữa bệnh”. Dù làn da bạn có đẹp như thế nào nhưng không biết cách bảo vệ cũng sẽ mau chống bị xấu đi. Và không phải đi ra ngoài nắng mới sử dụng kem chống nắng. Vào mua đông, đừng nghĩ thời tiết se lạnh đôi khi chúng ta lại chủ quan rằng chỉ cần trùm áo, mũ nón dầy thì không lo bị hư hại da. Ngay nay với thời tiết, khí hậu và môi trường ô nhiễm, hay môi trường độc hại do tiếp xúc nhiều với ánh đèn, màn hình laptop, điện thoại hay kể cả khói bụi xe máy, nhà bếp… Đó là những tác nhân làm làn da của bạn mau chống xấu đi và lão hóa..

Với 𝑲𝒆𝒎 𝒄𝒉ố𝒏𝒈 𝒏ắ𝒏𝒈 𝒕𝒐à𝒏 𝒅𝒊ệ𝒏 𝟑𝒊𝒏𝟏 𝑺𝒖𝒏𝒃𝒍𝒐𝒄𝒌 𝑺𝒖𝒏𝒔𝒄𝒓𝒆𝒆𝒏 𝑪𝒓𝒆𝒂𝒎 giúp bảo vệ da toàn diện, chống các tia UV, có lớp kem nền mịn, dễ dàng thẩm thấu vào da, không những thay thế cho lớp kem trang điểm mà còn có công dụng dưỡng da. Đặc biệt không thấm nước, không trôi dù tiếp xúc nhiều với nước hay khi tiết mồ hôi.

Ngoài 6 bước làm đẹp kể trên, chúng ta cũng cần phải duy trì chế độ ăn uống và sinh hoạt hợp lý. Vào mùa đông lạnh chúng ta cần phải bổ sung nhiều nước và trái cây hơn bình thường, đặc biệt là cà chua. Không nên tắm nước nhiệt độ cao và tắm nhanh, vì nước ấm rất dễ làm da khô và mất nước.

Lưu ý: tất cả sản phẩm gợi ý điều chiết xuất hoàn toàn từ thiên nhiên, không gây kích ứng da kể cả với làn da nhạy cảm nhất.