Tác dụng của dầu gấc đối với làn da

Nói đến dưỡng da bằng dưỡng chất thiên nhiên thì mọi người sẽ nghĩ ngay đến dầu gấc, dầu dừa,...Bây giờ, chúng ta sẽ tìm hiểu xem dầu gấc có công dụng như thế nào nha.

**Dầu gấc bổ sung Vitamin E chống lão hóa**

Dầu gấc có chứa hàm lượng lớn dưỡng chất tốt trong việc chăm sóc sắc đẹp. Thành phần Beta Caroten cao gấp 1,8 lần so với dầu gan cá thu, 10 lần so với cà rốt, β-Caroten (tiền vitamin A), Lycopen (Chất chống oxy hóa mạnh thuộc nhóm Caroten)

Nó cao gấp 70 lần so với cà chua, chúng đều là những chất giúp giảm nám, ngăn ngừa lão hóa, phòng chữa sạm da, trứng cá, khô da, nổi sẩn, tăng độ đàn hồi và độ ẩm cho da, duy trì một làn da sáng, hồng hào, tươi trẻ, mịn màng căng tràn sức sống không thua gì các nguyên liệu tự nhiên khác đã được biết đến.

# Thoa dầu gấc hàng ngày làm sáng da

Vì chứa nhiều vitamin A, E nên dầu gấc được dùng để điều trị triệu chứng tăng sắc tố da rất đơn giản mà hiệu quả. Các bạn thoa một ít tinh dầu gấc lên vùng da bị sạm và nhẹ nhàng massage để dưỡng chất thấm sâu vào da.

Vitamin E có thể tăng sức đề kháng cho da, chống lại các tác nhân gây hại từ môi trường cho da như nắng nóng, khói bụi, ô nhiễm...làm giảm sự ảnh hưởng nghiêm trọng đến da bởi các bệnh vảy nến và ban đỏ, và làm giảm nguy cơ ung thư da.

Trong y học, dầu gấc dùng điều trị rất tốt các vết thương, vết bỏng, loét và nứt kẽ vú, kích thích sinh ra lớp mô mới, nhanh chóng tái tạo da non và mau liền sẹo, bên cạnh đó nó còn có tác dụng phòng chữa, ngăn ngừa chứng viêm và phá hủy AND trong các tế bào da khi tiếp xúc ánh nắng.

Lycopen không tan trong nước, hòa tan trong chất béo, vì thế dầu thực vật được coi là hỗ trợ sự hấp thụ. Lycopen có trong cà chua phải chiên với dầu mỡ thì mới có tác dụng sinh học với cơ thể. Gấc là loại rau quả ngoại lệ duy nhất vì trong trái gấc đã chứa sẵn các chất axit béo no và không no, vì thế lycopen được hòa tan một cách tự nhiên mà không cần đến các tác nhân bên ngoài

Bạn có thể bổ sung lycopen đều đặn bằng cách dùng một hoặc 2 muỗng dầu gấc hòa vào thức ăn hàng ngày sau khi chế biến xong, không dùng dầu gấc để chiên, xào, nấu vì sẽ làm mất giá trị dinh dưỡng của các chất có trong dầu gấc

# Trị mụn triệt để bằng dầu gấc

1. Hàm lượng beta caroten của dầu gấc cao gấp nhiều lần so với các loại nguyên liệu khác, giúp da luôn giữ được vẻ căng mịn, tươi trẻ và khỏe mạnh, ngăn chặn các tổn thương về da. Bên cạnh đó, Lycopen, Vitamin E và Omega 6 dồi dào trong dầu gấc là những hoạt chất chống oxy hóa cực kỳ mạnh mẽ giúp làn da chống lão hóa, khắc phục được tình trạng mụn viêm, duy trì độ ẩm cần thiết để làn da được bảo vệ tốt nhất.

# Dùng dầu gấc có giảm nám, tàn nhang không

1. Những nghiên cứu gần đây đã chứng minh được khả năng trị nám và tàn nhang đặc biệt của tinh dầu gấc. Đây là một sản phẩm rất hiệu quả để khiến cho làn da trắng mịn không tỳ vết. Cách đơn giản là mỗi tối trước khi đi ngủ bạn dành ít thời gian massage nhẹ nhàng bằng tay vùng da bị nám với tinh dầu gấc. Sau đó có thể rửa mặt sạch hoặc để nguyên mặt nạ rồi sáng hôm sau bằng nước sạch.

Muốn cho da mặt có thể hấp thụ dưỡng chất một cách tốt nhất, trước khi massage, bạn nên xông hơi mặt bằng nước nóng hoặc đắp khăn mặt bằng nước ấm lên mặt. Bí quyết này sẽ giúp lỗ chân lông mở rộng, tạo điều kiện giúp dưỡng chất thẩm thấu sâu vào bên trong làm quá trình trị nám và tàn nhang diễn ra theo như mong muốn của bạn.

# Chống thâm quầng mắt cùng dầu gấc

Dầu gấc còn thực sự có lợi cho những người thường xuyên phải làm việc trên máy tính, thức đêm nhiều dẫn đến lão hóa, nhức mỏi mắt, chảy nước mắt. Ngoài ra, tác dụng của dầu gấc với mắt còn thể hiện ở khả năng làm giảm quầng thâm với người thường xuyên thức khuya. Chỉ cần thoa dầu gấc quanh mắt và chườm một túi trà lạnh lên trên, bạn hoàn toàn có thể tự tin với gương mặt rạng rỡ và đôi mắt tràn đầy sức sống vào sáng hôm sau.

**Dưỡng môi hàng ngày với dầu gấc**

Dùng bông tăm thấm một ít dầu gấc thoa đều lên môi trước lúc ngủ là cách chăm sóc bảo vệ làn môi đúng cách và hiệu quả trong những ngày thường .Không những thế vào những ngày thời tiết se lạnh của mùa đông, bạn phải càng chú ý hơn, vì lúc này môi rất dễ bị khô, nứt da thậm chí rướm máu. Bạn hãy yên tâm dầu gấc dẽ giúp bạn nhờ hai chất chống lão hóa Beta caroten (tiền chất vitamin A) và Lycopen có trong dầu gấc sẽ thẩm thấu sâu vào bên trong giúp tái tạo lại tế bào, giúp bạn có một đôi môi trắng hồng căng mọng, mềm mại, cho đôi môi thật hấp dẫn và quyến rũ.