

CẨM NANG

DÀNH CHO KHÁCH TẮM TRẮNG

Trước khi bắt tay ngay vào chăm sóc da, điều bạn cần làm đầu tiên là kiểm tra xem da mình thuộc thương hay nhạy cảm.

- Da thường có đặc điểm khô mịn và xuất hiện đầu nhờn ở khu vực chữ T.
- Da nhạy cảm thường rất dễ bị kích ứng và mạch máu thường nổi nhẹ trên bề mặt da nhìn kĩ sẽ thấy ngay.

1. CHẾ ĐỘ CHĂM SÓC DA SAU TẮM TRẮNG CHO DA THƯỜNG:

- Loại bỏ bã nhờn tại vùng da chữ T ở mặt và vệ sinh sạch sẽ da mỗi ngày với nước ấm.
- Kết hợp tẩy da chết toàn thân bằng sản phẩm vật lý hoặc nguyên liệu tự nhiên 2 đến 3 lần trong tuần.
- Cung cấp dưỡng ẩm mỗi ngày bằng một số kem dưỡng thể có độ PH lành tính, phù hợp với da.
- Ngoài ra, bạn cũng có thể bổ sung thêm một số công thức dưỡng ẩm tự nhiên bằng dầu oliu, dầu dừa và mật ong,...
- Sử dụng kem dưỡng trắng để duy trì độ trắng sáng tự nhiên sau khi tắm trắng của da mỗi buổi sáng và tối trước khi ngủ.

2. DƯỠNG DA SAU TẮM TRẮNG CHO DA NHẠY CẢM

Da nhạy cảm có rất nhiều hạn chế do dễ bị kích ứng chỉ với những thay đổi hoặc tác động từ bên ngoài.

- Dùng nước ấm để vệ sinh da toàn thân mỗi ngày.
- Kết hợp các loại kem dưỡng trắng da lành tính, có chứa hoạt chất thiên nhiên để hỗ trợ phục hồi, cũng cấp dinh dưỡng tối đa trong quá trình tái tạo lại tế bào da mới.
- Đặc biệt, hãy nhớ lịch tẩy da chết 2 lần trong tuần bằng bã cà phê hoặc kem tẩy da chết chuyên dụng. Một lưu ý bạn nên ưu tiên kem tẩy da thiên nhiên, không chứa nhiều hoạt chất và thực hiện nhẹ nhàng để tránh gây tổn thương cho da.

2. CÁC TRIỆU CHỨNG CÓ THỂ GẶP SAU TIỂU PHẪU CĂNG CHỈ:

Ngoài ra, sau khi tắm trắng, khách hàng có làn da nhạy cảm, da thường đều phải lưu ý những vấn đề dưới đây để da nhanh bật tone và duy trì kết quả trắng mịn lâu dài.

- Sau khi tắm trắng cần hạn chế ra ngoài vào ban ngày và che chắn cơ thể bằng áo khoác nắng chuyên dụng và bôi kem chống nắng với chỉ số SPF lớn hơn 50+.
- Không sử dụng sữa tắm (xà bông) hóa học, có tính axit mạnh. Nên vệ sinh cơ thể nhẹ nhàng bằng nước ấm trong 1-2 tuần đầu. Sau đó, có thể dùng kết hợp các loại sữa tắm có chiết xuất lành tính từ thiên nhiên.
- Duy trì chế độ ăn uống, nghỉ ngơi khoa học:
 - + Tăng cường sức đề kháng cho da bằng các thực phẩm có chứa nhiều sắt, canxi, vitamin,... như ngũ cốc, hoa quả tươi, thịt bò, cá hải sản,...
 - + Nghỉ ngơi điều độ, ngủ trước 11h và nói không với thuốc lá, rượu bia,... hay các loại chất kích thích, đồ ăn dầu mỡ.
- Thực hiện đúng liệu trình tắm trắng: Tắm trắng an toàn và hiệu quả lâu dài sẽ cần duy trì một liệu trình chuyên sâu (từ 4-6 buổi). Vì vậy, bạn hãy nhớ lịch hẹn và đến tắm trắng theo đúng chỉ dẫn từ chuyên viên.