



Với đàn ông, việc chăm sóc da không cần quá cầu kỳ phức tạp. Chăm sóc nam giới thao tác đơn giản mỗi ngày khi bạn tắm hoặc rửa mặt vào buổi sáng, để đảm bảo da mặt luôn sạch và khỏe mạnh. **Giữ da sạch :**

Có hơn 15% đàn ông sở hữu làn da dầu và gặp vấn đề lỗ chân lông to. Điều đó có nghĩa, da đàn ông dễ bị bít tắc bít lỗ chân lông hơn phụ nữ. Làm sạch da mặt mỗi ngày là điều quan trọng nhất với tất cả các loại da. Nếu có thể giúp da sạch từ bên trong lỗ chân lông sẽ càng tốt hơn, vì có thể tránh được những vấn đề khác như mụn, da bị dày lên hay sụn sùi.

Sản phẩm làm sạch da dành cho đàn ông nên chọn loại không chứa các thành phần đặc biệt như trà xanh, bạc hà hoặc những hương liệu. Nên chọn những loại sữa rửa mặt giúp thanh tẩy tế bào chết và làm sạch dầu nhờn. Không nên sử dụng xà bông cứng rửa mặt vì chất kiềm có trong xà bông cứng sẽ làm da khô và dày lên.

Khi làm sạch da, nên dùng miếng bọt biển hoặc chiếc khăn lông nhẹ rửa mặt. Thao tác rửa mặt đơn giản:

Bắt đầu bằng cách làm ướt da, sau đó thoa một ít sữa rửa mặt lên khắp mặt và dùng các đầu ngón tay massage nhẹ nhàng. Khi đã massage được khoảng 1 đến 2 phút, dùng miếng bọt biển hoặc khăn mặt thấm nước, chà sát nhẹ nhàng để lấy sạch phần sữa và giúp da sạch hơn trong từng lỗ chân lông.

Giữ da khỏe

Sử dụng một loại kem giữ ẩm cho da mặt buổi tối là việc giúp da luôn khỏe mạnh và tăng độ đàn hồi cho da. Cũng như phụ nữ, da đàn ông sẽ mất nước, khô ráp và sụn sùi khi thiếu độ ẩm cần thiết mỗi ngày. Hãy quan tâm 4 điều đơn giản sau đây để giữ làn da khỏe mạnh:

-Cung cấp thông tin cho các chuyên gia trong suốt một ngày làm việc – đây là điều đàn ông dễ dàng nhưng không nên để quên chăm sóc cho mình.

-Cung cấp cho da đủ độ ẩm trên bề mặt bằng cách sử dụng kem dưỡng ẩm và làm mềm da. Nếu bạn chưa bao giờ làm điều này, hãy thay đổi suy nghĩ bằng cách nhìn kỹ vào gương và lắng nghe làn da mình lên tiếng.

-Tránh làm tổn thương da bằng việc rửa mặt quá mạnh, nặn mụn bằng tay, không dùng kem cạo râu và những thói quen xấu như thọc khuya, thọc xuyên, uống nhiều rượu và ăn uống kém dinh dưỡng cho da như thiếu trái cây và rau củ mỗi ngày.

-Hai tuần một lần, hãy đến spa chăm sóc da để được massage, tẩy tế bào chết và tái tạo để làn da khỏe đẹp hơn.

Bảo vệ da

Không có gì có thể ngăn ngừa nó không được chăm sóc và bảo vệ. Làn da cũng thế, dù là da đàn ông. Sẽ không có gì xấu hơn nếu đàn ông ra đường dùng kem chống nắng, đội mũ và đeo kính râm, đặc biệt là khi bạn sống trong môi trường đầy ô nhiễm, khói bụi, tia UVB, UVA luôn chiếu rọi.

Thậm chí thông thường, bạn cũng nên massage, đắp mặt nạ để thanh tẩy tế bào chết, bảo vệ làn da khỏi những tác hại của môi trường hay sử dụng "xịt dưỡng ẩm" cho da do tuổi tác.

Ngay cả đàn ông hiện đại cũng quan tâm đến vẻ ngoài của mình, đặc biệt là gương mặt vì đó là nơi người ta nhìn vào đầu tiên khi bạn tiếp xúc với ai đó. Hãy quan tâm đến làn da của mình vì mặt là da nhạy cảm và khỏe có thể mang lại cho đàn ông sự tự tin, cảm giác thoải mái và sự tự tin.

(Pha Lê, PNO)