



Nếu bạn nào trên cơ thể sở hữu vết lõm với mọi ngón tay và tuốt tác của bạn? Đó không phải là những vết chân chim quanh mắt hay những vết nhăn trên trán mà là trên đôi tay. Làm gì để giữ cho đôi tay luôn trẻ trung?

### 1. Dùng da bôi kem chống nắng có Vitamine C

Kem chống nắng dù công hiệu cũng không thể ngăn chặn được 100% tia UV có trong ánh nắng mặt trời. Tia UV là nguyên nhân gây nên những nếp nhăn và tàn nhang trên da. Tuy nhiên, nghiên cứu khoa học cho thấy, các loại kem chống nắng giàu Vitamine C sẽ đóng vai trò giảm sự lão hóa trên da khá hiệu quả. Chất chống oxy hóa có trong Vitamine C sẽ hấp thụ các thành phần độc hại gây hại cho da, tránh khi chúng chèn vào lớp ngoài cùng của da. Nhờ đó mà đôi tay luôn giữ được sự trẻ trung và tràn đầy sức sống.

### 2. Loại bỏ tế bào chết và vết nám bằng nước chanh tươi

Pha loãng nước cốt chanh với một ít nước lọc. Dùng bông gòn bôi hỗn hợp này trực tiếp lên da mỗi ngày vào buổi tối trong 15 phút, rửa sạch. Thúc đẩy liên tục trong 6 - 8 tuần. Trong nước chanh pha loãng chứa vitamin C, giúp da loại bỏ các tế bào chết, vết nám, đồng thời tăng cường khả năng “phòng vệ” cho da tránh tác hại của ánh nắng mặt trời hiệu quả hơn.

### 3. Cung cấp độ ẩm cho da bằng lô hội

Trong lô hội chứa nhiều chất gel, có tác dụng cung cấp độ ẩm rất tốt, làm giảm bớt hiện tượng sần ngứa, chấy nám, đỏ ngứa hay khô da. Dùng gel lô hội massage nhẹ nhàng lên 2 cánh tay và bàn tay trong 15 phút vào buổi tối trước khi đi ngủ, sau đó rửa sạch bằng nước lã. Bạn sẽ thấy da tay trở nên mềm mại và mịn màng hơn.

**Theo PNO ( Phunuonline)**