

Căn nguyên gây ra nám da và cách chữa trị nám da hiệu quả

Tàn nhang có thể xuất hiện trên da do yếu tố di truyền từ khi còn bé. Tuy nhiên, lớn hơn 20 tuổi các bạn có khả năng bị nhiều hơn ảnh hưởng không nhỏ đến căn nguyên mỹ thuật. Chăm sóc & che chở da không tốt cũng là nguyên nhân tàn nhang trông thấy, khiến khuôn mặt bạn già hơn tuổi. Vậy có khả năng làm mờ và điều trị nám da hay không?



Nám da là một trong các vấn đề về da thường thấy, là các đốm nâu nhỏ thường trông thấy ở những vùng da đung chạm nhiều với ánh nắng mặt trời như: tàn nhang ở má, nám da trên mặt, tàn nhang ở tay chân,... Thực tế một số đốm nám da là một số mảng màu hoặc mảng tăng sắc tố thừa dưới nách, dù không nguy hiểm cho sức khỏe thể chất nhưng tác động xấu đến thẩm mỹ.

Tác nhân tàn nhang tạo ra

Nguyên nhân gây nên tàn nhang được những chuyên gia nghiên cứu khẳng định là sự kết hợp giữa nhân tố môi trường & nguyên nhân di truyền. Vậy nên, nám da dễ diễn ra ở nhóm người có da dễ sáng, có liên quan đến gen MC1R cung ứng chỉ dẫn tạo ra sắc tố melanin. Vậy nhưng, gen này không ảnh hưởng đến toàn bộ một số cả thể theo cùng một biện pháp, ảnh hưởng ung chuẩn 2 loại sắc tố melanin là Pheomelanin và eumelanin.

Tác nhân môi trường lớn đặc biệt tác nhân gây nên tạo thành nám da là ánh nắng mặt trời, vừa xúc tác nhìn thấy tàn nhang vừa khiến những nốt nám da đậm màu hơn theo thời kì. Điều này lí giải vì đâu ở nhiều người, tàn nhang mờ dần vào mùa đông hoặc khi tiếp xúc ít với ánh nắng mặt trời, thâm hơn vào mùa hè.

Đồng thời, sự hình thành của tàn nhang cũng ảnh hưởng bởi 1 số yếu tố khác như: chế độ dinh dưỡng, chữa trị bằng kỹ thuật nội tiết tố như sử dụng thuốc tránh thai, mỹ phẩm tái tạo da,...

<https://soalteewestend.com/assets/userfiles/files/v7ro6152k-khi-hu-mau-nau-den.pdf>

<https://www.rudec.gov.vn/uploads/imgdetail/files/phathaiantoanodau-p03503876.pdf>

<http://www.iemh.edu.vn/UploadFile/files/kh%20356%20mo%20cac%20lop%20boi%20duong%20cbql>

[%20phathaiantoanohanoi-p65049604.pdf](#)

https://myportal.mmhe.com.my/assets/grocery_crud/texteditor/ckeditor/kcfinder/uploads/file/portal/5fgdnro9-khi-hu-mau-nau-den.html

<https://gitlab.com/dieutribenhtri/khi-hu-mau-trang>

https://quantracmoitruong.gov.vn/storage/upload/files/Tintuc/QCVN%202023/NCEM_PT_98_99_tbyv_qd9s5-khi-hu-mau-nau-den.pdf

<http://hda.ind.br/imagens/files/xni4s9h74-cach-pha-thai-1-tuan-tuoi.pdf>

<http://viatin.com/ckfinder/userfiles/files/f1xq25j3k-cach-pha-thai-1-tuan-tuoi.pdf>

<http://zhdzgs.com/ckfinder/userfiles/files/h0neov344-cach-pha-thai-1-tuan-tuoi.pdf>

<https://www.flexcable.com/images/products/hj034o1n9.pdf>

<https://kejari-buleleng.kejaksaan.go.id/public/ckfinder/userfiles/files/kejari/lcm0zsae5-khi-hu-mau-na-u-den.pdf>

<http://1yunnan.com/ckfinder/userfiles/files/yunnan/qpw74hb6s-cach-pha-thai-1-tuan-tuoi.pdf>

<https://dolphintour.vn/images/uploadsfiles/yo7jf5yi4-cach-pha-thai-1-tuan-tuoi.pdf>

<http://ttcntt-stnmtquangninh.gov.vn/FileUpload/files/pha-thai-o-dau-an-toan-p06718267.pdf>

<http://cvs.org.vn/Uploads/files/pha-thai-o-dau-an-toan-p29536534.pdf>

Tàn nhang một số loại thường thấy

Tàn nhang được phân làm hai loại là nám da & vết đốm gan, về hình thái của hai loại có thể tương đối giống nhau nhưng đặc điểm & sự diễn tiến là khác nhau. Xác định hiện tượng da là tàn nhang hay đồi mồi giúp chữa hiệu quả hơn. Cụ thể thuộc tính của hai loại nám da như sau:

Tàn nhang

"Tàn nhang" là mảng sắc tố da do di truyền, nhìn thấy trên da từ tương đối sớm khi bạn chỉ khoảng 2 - 3 tuổi. Ngay sau khi da được chạm với ánh nắng nhiều hơn, nám da cũng trông thấy nhiều không những ở mặt mà còn ở một số vùng da thân thể khác như: ngực, cổ, cánh tay, bàn tay,...

Nám da có khả năng sở hữu nhiều loại màu sắc tùy thuộc vào sắc tố melanin từng người như: nâu đậm, nâu nhạt, đỏ,... Khi bạn già đi, tàn nhang có thể biến mất hoặc nhạt đi. Bên cạnh đó vào mùa đông, do da được chạm ít hơn với ánh nắng mặt trời nên các nốt nám da cũng thường mờ hơn so với mùa hè.

Thuộc tính phân biệt giữa tàn nhang & đồi mồi là tàn nhang có kích cỡ các nốt từ 1 đến 2 mm hoặc to hơn, có đường viền khác thường không xác định rõ.

Đốm gan

Đồi mồi khác với tàn nhang là xuất hiện tương đối muộn, thường khi bạn già đi & lứa tuổi từ 50 trở đi thường nhìn thấy đồi mồi nhiều nhất. Đốm nắng hay còn gọi là vết đen hay đốm đốm nắng do có màu

vàng nhạt đến nâu đậm tùy theo melanin, không mờ dần vào mùa đông hoặc theo thời gian.

Bất cứ chỗ da nào trên cơ thể có gắn gũi với ánh nắng mặt trời đều có thể trông thấy những nốt đốm nắng như: vùng eo lưng, ngực, mặt, cẳng tay, bàn tay, ống quyển,... Khác với những vết nám da thường không có tinh quái giới xác định rõ thì các nốt đốm nắng có đường viền khá rõ ràng.

Toàn bộ hai loại nám da đều là lành tính, không ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất. Thế nhưng cần lưu tâm nếu như các nốt khác thường trên da có thuộc tính sau là triệu chứng của ung thư da: đau, có đường viền hình răng cưa, gây nên lở loét trên da, một số nốt trên da không đối xứng, đường kính to hơn 6mm, tạo ra những gờ nổi trên bề mặt da,...

Làm thế nào để chữa trị nám da?

Tàn nhang không phải là vấn đề sức khỏe thể chất nghiêm trọng & không cần điều trị. Tuy nhiên, nám da tác động không nhỏ đến thẩm mỹ, tốt nhất là là những nám da nhìn thấy ở mặt. Cho nên, làm gì để loại bỏ nám da hoặc làm mờ một số đốm da này là chủ đề được nhiều người quan tâm, tốt nhất là những nữ giới.

Hiện tại có một số cách điều trị tàn nhang được ứng dụng thường thấy hiện nay gồm:

- Chữa tàn nhang bằng tia Laser.
- Dùng mặt nạ hóa học.
- Điều trị bằng giải pháp áp lạnh.
- Dùng những dược phẩm như TCA.
- Một số loại kem chứa hợp chất retinol.

Dựa vào yếu tố & tình trạng tàn nhang, chuyên gia bệnh da liễu sẽ bật mí giải pháp nào chữa nám da là tốt nhất. Một số sản phẩm chứa AHA và TCA được bán khá phổ biến trên thị trường, bạn có thể mua và dùng mà không cần kê toa chuyên gia. Nhưng mà, dùng sai cách có khả năng gây nên mẫn cảm da, trước hết hãy sử dụng thử trên một phần da nhỏ & quan sát những triệu chứng của da.

Không chỉ dùng hợp chất thì chữa tàn nhang bằng laser là biện pháp hữu hiệu nhanh, thuận tiện được nhiều người lựa chọn. Một vài loại tia laser có khả năng tái tạo bề mặt phân đoạn da, do đó làm mờ nám da ở các vùng da tiếp xúc nhiều với ánh nắng mặt trời. Khi sử dụng tia laser này trên da, một số tế bào sắc tố biểu bì cũ bị điều trị, phản ứng gây ra tái hiện collagen & hình thành collagen mới.

Kết thúc chữa trị, da vẫn có thể tái đi tái lại tàn nhang do tiếp xúc với ánh nắng mặt trời hoặc tia UV từ một số nguồn tia nắng khác. Do vậy, để đề phòng tàn nhang tái đi tái lại, cần chú ý giữ an toàn da tốt dưới ánh nắng mặt trời bằng kem dưỡng da chống nắng phổ rộng cùng mũ, nón, quần áo chống nắng khi ra ngoài.