

Yếu tố gây ra tàn nhang và giải pháp chữa trị nám da hữu hiệu

Nám da có khả năng xuất hiện trên da do nhân tố di truyền từ khi còn bé. Tuy nhiên, lớn hơn 20 tuổi mọi người có khả năng bị nhiều hơn ảnh hưởng rất lớn đến căn nguyên tính thẩm mỹ. Chăm sóc & bảo vệ 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 loại bỏ nám da hay không?



Nám da là một trong những vấn đề về da thường thấy, là những đốm nâu nhỏ thường xuất hiện ở những phần da gần gũi nhiều với ánh nắng mặt trời như: tàn nhang ở má, tàn nhang trên mặt, nám da ở thủ công,... Thực tại một số đốm nám da là những mảng màu hoặc mảng tăng sắc tố thừa tại vùng nách, dù không đáng lo ngại cho sức khỏe nhưng ảnh hưởng xấu đến thẩm mỹ.

Tác nhân nám da sinh ra

Yếu tố dẫn đến nám da được những nhà khoa học kết luận là sự kết hợp giữa nhân tố môi trường & căn nguyên di truyền. Vậy nên, tàn nhang dễ tiếp diễn ở những người có da dễ sáng, có có sự liên quan đến gen MC1R cung ứng hướng dẫn tạo thành sắc tố melanin. Tuy vậy, gen này không tác động đến toàn bộ một số cả thể theo cùng một cách, tác động duyệt y 2 loại sắc tố da là Pheomelanin & eumelanin.

Nguyên nhân môi trường lớn đặc biệt nhân tố gây nên hình thành nám da là ánh nắng mặt trời, vừa tăng cường trông thấy nám da vừa khiến các nốt tàn nhang đậm màu hơn theo thời kì. Việc này giải thích do đâu ở nhiều người, nám da mờ dần vào mùa đông hoặc khi tiếp xúc ít với ánh nắng mặt trời, đậm hơn vào mùa hè.

Ngoài ra, sự hình thành của tàn nhang cũng tác động bởi 1 số nhân tố khác như: chế độ ăn, chữa trị bằng liệu pháp hormon như sử dụng thuốc tránh thai, mỹ phẩm tái tạo da,...

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

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

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

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

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

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

<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>

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

https://myportal.mmhe.com.my/assets/grocery_crud/texteditor/ckeditor/kcfinder/uploads/file/portal/f5fgdnro9-khi-hu-mau-nau-den.html

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

<http://www.iemh.edu.vn/UploadFile/files/kh%20356%20mo%20cac%20lop%20boi%20duong%20cbql%20phathaiantoanohanoi-p65049604.pdf>

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

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

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

"Tàn hương" những loại thường gặp

Tàn nhang được phân làm hai loại là tàn nhang & vết đốm nắng, về hình thái của hai loại có khả năng khá giống nhau nhưng đặc tính & sự tiến triển là riêng biệt. Xác định hiện tượng da là tàn nhang hay đốm nắng giúp chữa hiệu quả hơn. Chi tiết đặc điểm của hai loại nám da như sau:

Tàn nhang

"Tàn hương" là mảng sắc tố da do di truyền, nhìn thấy trên da từ khá sớm khi bạn chỉ khoảng 2 đến 3 tuổi. Ngay sau khi da tiếp xúc với ánh nắng nhiều hơn, tàn nhang cũng trông thấy nhiều không chỉ ở mặt mà lại ở một số chỗ da thân thể khác như: ngực, cổ, cánh tay, bàn tay,...

"Tàn hương" có khả năng có nhiều loại màu sắc tùy vào melanin từng người như: nâu đậm, nâu nhạt, đỏ,... Khi bạn già đi, nám da có thể biến mất hoặc nhạt đi. Đồng thời vào mùa đông, do da đung chạm ít hơn với ánh nắng mặt trời nên những nốt tàn nhang cũng thường mờ hơn so với mùa hè.

Tính chất phân biệt giữa tàn nhang & đốm gan là nám da có kích cỡ các nốt từ 1 đến 2 mm hoặc lớn hơn, có đường viền bất thường không xác định rõ.

Đôi mắt

Đốm nắng khác với tàn nhang là trông thấy tương đối muộn, thường khi bạn già đi & độ tuổi từ 50 trở đi thường trông thấy đốm gan nhiều nhất. Đôi mắt còn được gọi là vết đen hay đốm đốm gan do có màu hơi vàng đến nâu đậm căn cứ theo melanin, không mờ dần vào mùa đông hoặc theo thời kì.

Bất kỳ vùng da nào trên thân thể có đụng chạm với ánh nắng mặt trời đều có thể nhìn thấy một số nốt đồi mồi như: lưng, ngực, mặt, cẳng tay, bàn tay, cẳng chân,... Khác với các vết tàn nhang thường không có rục rờ giới xác định rõ thì các nốt đồi mồi có đường viền khá rõ rệt.

Cả hai loại nám da đều là lành tính, không ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất. Vậy nhưng cần lưu ý trong trường hợp những nốt khác thường trên da có đặc tính sau là dấu hiệu của ung thư da: đau, có đường viền hình răng cưa, gây lở loét trên da, một số nốt trên da không đối xứng, đường kính to hơn 6mm, tạo thành những gờ nổi bên ngoài da,...

Làm gì để loại bỏ nám da?

Nám da không phải là vấn đề sức khỏe thể chất nghiêm trọng & không cần chữa trị. Thế nhưng, nám da tác động không nhỏ đến mỹ thuật, đặc biệt là một số tàn nhang nhìn thấy ở mặt. Vì vậy, làm gì để xóa bỏ nám da hoặc làm mờ những đốm da này là câu chuyện được nhiều người quan tâm tìm hiểu, đặc biệt những nữ giới.

Hiện nay có một ít phương pháp loại bỏ tàn nhang được áp dụng phổ biến cho đến nay gồm:

- Chữa trị nám da bằng tia Laser.
- Sử dụng mặt nạ hóa chất.
- Chữa bằng phương pháp áp lạnh.
- Sử dụng các sản phẩm như TCA.
- Một số loại kem chứa thành phần retinol.

Dựa theo căn nguyên và hiện tượng tàn nhang, bác sĩ chuyên khoa da liễu sẽ tìm hiểu cách nào chữa nám da là tốt nhất. Các sản phẩm chứa AHA & TCA được bán khá quen thuộc trên thị trường, bạn có thể mua & sử dụng mà không cần kê toa bác sĩ. Vậy nhưng, dùng sai cách có khả năng gây kích ứng da, trước tiên hãy sử dụng thử trên một vùng da nhỏ & quan sát một số dấu hiệu của da.

Ngoài dùng hợp chất thì chữa trị tàn nhang bằng laser là biện pháp hữu hiệu nhanh, tiện lợi được nhiều người lựa chọn. Một số loại tia laser có khả năng tái hiện bề mặt phân đoạn da, vì vậy làm mờ tàn nhang ở các phần da đụng chạm nhiều với ánh nắng mặt trời. Khi dùng tia laser này trên da, các tế bào sắc tố biểu bì cũ bị chữa trị, phản ứng dẫn đến tái hiện collagen và tạo thành collagen mới.

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