

Làm Tan Vết Bầm Tím Trên Da

Hân Hân

Khi phát hiện vết bầm tím trên da, bạn thường nghĩ chắc hẳn mình đã va vấp vào đâu đó nhưng thực tế có nhiều lý do dẫn đến tình trạng này và những vết bầm tím có thể là dấu hiệu đáng lo ngại.

Bầm tím là cách gọi dân gian để chỉ những tổn thương mao mạch, gây chảy máu trong mô khi va chạm với vật cứng. Đối với các chấn thương nhẹ, vết bầm tím thường tan từ từ. Nhưng vết bầm tím có thể làm khó chịu vì mất thẩm mỹ và thời gian tan vết bầm tím thường kéo dài, có người phải mất đến hơn 10 ngày vết bầm mới hết. Dưới đây là những mẹo giúp làm tan những vết bầm tím trong thời gian rút ngắn:

Chườm đá

Chườm đá là phương pháp trị vết bầm tím được biết từ rất lâu. Những người chơi thể thao hay sử dụng lối chườm lạnh để làm giảm vết bầm tím và đau nhức nhanh chóng. Chườm đá giúp các mạch máu, mô bị dập do chấn thương co rút lại và từ đó giảm tình trạng xuất huyết dưới da và làm bớt sưng. Việc chườm đá có thể áp dụng với những chấn thương khác như bong gân, căng cơ, côn trùng cắn và kể cả đau ở các khớp viêm do bệnh gút.

Khi chườm đá, không chườm trực tiếp lên da mà hãy cho đá viên vào một cái khăn bọc lại và chườm trực tiếp lên vết bầm tím, day đi day lại vết bầm tím đó trong khoảng 15-20 phút là được, vết bầm tím sẽ bớt bị sưng tụ máu và giảm đau hiệu quả. Nên biết cách này chỉ sử dụng cho những người trẻ, khỏe mạnh, không dễ bị hạ nhiệt.

Chườm ấm



Phương pháp chườm ấm được sử dụng khi bạn chườm đá sau 48 giờ mà vết bầm tím vẫn còn. Hoặc sử dụng trong trường hợp va đập mạnh, máu tụ nhiều.

Lấy một chiếc khăn ấm, một chai nước nóng hoặc túi nóng chườm lên vết bầm tím, xoa bóp nhẹ nhàng để làm máu được lưu thông tan vết máu bầm tụ. Lưu ý tránh nước quá nóng để tránh trường hợp bị bỏng. Nên thực hiện biện pháp này với trẻ em và người già, vì nhóm người này dễ bị hạ thân nhiệt nên cần tránh chườm lạnh và gây nguy hiểm cho người được điều trị.

Hành tươi

Trong trường hợp vết bầm tím xuất hiện ít và nhẹ, có thể sử dụng một loại gia vị ngay trong nhà để trị, đó là hành tươi. Hãy dùng củ hành giã nát đắp lên vùng da bị thâm tím để làm tan những vết máu bầm. Nhưng cách này không dùng được nếu có vết thương hở.

Nha đam và ngò tây



Nha đam không những có tác dụng làm đẹp mà còn có thể làm giảm vết bầm tím.

Không chỉ là một trong những thực phẩm làm cho làn da đẹp, nha đam còn có công dụng trị những vết bầm tím rất hiệu quả khi kết hợp với ngò tây là thứ có chất kháng sinh, giàu vitamin, giúp cho những vết bầm tím mau hết đồng thời giảm bớt sưng.

Xay nhuyễn nha đam và ngò tây rồi trộn hỗn hợp này thoa lên vùng

bầm tím mỗi ngày 3 lần để giảm đau và nhanh tan máu bầm.

Lưu ý khi xóa vết bầm tím

Khi vết bầm tím có kèm theo các dấu hiệu sốt; vết bầm tím vùng gần mắt; vết bầm sưng lên, chuyển sang màu đỏ và rất đau; trẻ không cử động được; vết bầm không biến mất sau 2 tuần; những vết bầm bất ngờ, không rõ nguyên nhân hoặc xuất hiện nhiều lần, thường xuyên... thì người bệnh cần được đưa ngay đến bệnh viện để được điều trị, tránh nguy hiểm đến sức khỏe và tính mạng.

Tránh điều trị bằng cách dân gian như thoa dầu nóng khi bị bầm vì dầu nóng càng làm tổn thương thêm các mao mạch, chảy máu trong nhiều hơn. Cần tránh bóp nắn, xoa dầu và đặc biệt là không nên dùng thuốc tan máu bầm hoặc bôi mật gấu quá sớm (trong 24 giờ đầu tiên sau khi bị va chạm) vì có thể gây chảy máu nhiều thêm, sẽ làm tăng hiện tượng bầm tím.

Hân Hân