

## LA ROCHE-POSAY ĐỒNG HÀNH CÙNG BÁC SĨ DA LIỄU TRONG CÔNG TÁC GIÁO DỤC CHĂM SÓC DA TAY ĐÚNG CÁCH

Trong tình hình dịch Covid-19 vẫn diễn biến phức tạp, thực hiện rửa tay thường xuyên là việc cần thiết để ngăn chặn vi khuẩn, bảo vệ sức khỏe bản thân và mọi người xung quanh. Tuy nhiên, việc rửa tay quá thường xuyên trong thời gian dài có thể dẫn đến da tay bị khô, kích ứng, mẩn đỏ và gây ngứa.

Ghi nhận tại Bệnh viện Da liễu TP.HCM, thời gian gần đây bệnh viện tiếp nhận nhiều trường hợp da tay bị khô, nứt nẻ, thậm chí chảy máu do sử dụng nhiều dung dịch cồn sát khuẩn tay, đặc biệt là với những người da nhạy cảm, dị ứng hay những người bị viêm da cơ địa. Vậy làm sao để vừa đảm bảo bàn tay sạch phòng bệnh mà không gặp các vấn đề về da?

### Cách chăm sóc da tay khỏe mạnh trong mùa dịch

Các bác sĩ da liễu khuyến cáo ngoài việc rửa tay thường xuyên, bạn cũng cần chăm sóc da tay đúng cách để làn da luôn khỏe mạnh và mềm mượt. Áp dụng các cách sau chăm sóc da tay sau bạn nhé.

#### 1. Ưu tiên rửa tay với xà phòng và nước

Nước rửa tay khô có độ cồn trên 60% mới có thể diệt khuẩn hiệu quả. Với nồng độ cồn cao như vậy, nước rửa tay khô có thể gây ra tình trạng ửng đỏ, ngứa ngáy, khô và đau rát nếu như bạn lạm dụng, nhất là với những làn da nhạy cảm. Chất cồn trên da khi bay hơi dẫn theo độ ẩm trên da cũng mất đi, làm da bị thiếu hụt độ ẩm, gây khô da, lâu dài có thể gây kích ứng da.

Vì vậy trong những trường hợp có nước để rửa tay và đang ở nhà, bạn nên ưu tiên rửa tay với xà phòng và nước. Rửa tay với xà phòng đúng cách cũng giúp loại bỏ vi khuẩn hiệu quả hơn.

#### 2. Không nên rửa tay với nước nóng

Nước lạnh và nước ấm đều có tác dụng diệt vi khuẩn như nhau, tuy nhiên rửa tay với nước quá nóng dễ làm da tay bị khô và bong tróc. Do vậy bạn nên điều chỉnh nhiệt độ của nước ở mức vừa phải.

#### 3. Lau tay khô sau khi rửa với nước

Nếu tay vẫn còn ướt, phần nước đọng lại trên tay sẽ từ từ bốc hơi, mang theo phần nước giữ ẩm tự nhiên trên da, gây khô da. Hơn nữa bàn tay ướt sẽ làm vi khuẩn dễ lây lan hơn so với bàn tay khô.

Sau khi rửa tay với xà phòng và nước, bạn nên dùng khăn giấy lau nhẹ bàn tay, lau kỹ ở giữa các ngón tay. Nếu sử dụng khăn, bạn nên có một khăn riêng và giặt sạch mỗi ngày để đảm bảo vệ sinh.

#### 4. Thoa kem dưỡng ẩm cho da tay



Dù bạn dùng xà phòng với nước hay dung dịch rửa tay khô, thì việc rửa tay quá nhiều lần đều làm mất đi độ mềm mịn của da tay. Do vậy các bác sĩ da liễu khuyến cáo bạn nên sử dụng kem dưỡng ẩm để tăng cường sức khỏe cho da tay.

Sau khi rửa tay và làm khô, bạn dùng kem dưỡng ẩm xoa đều hai bàn tay, chú ý các đầu ngón tay vì là vị trí dễ khô và nứt nẻ. Nếu dùng nước rửa tay khô, bạn nên chờ tay khô hoàn toàn trước khi sử dụng kem dưỡng ẩm. Cần khoảng 10-15 giây để kem dưỡng để thấm vào da, trong thời gian đó bạn lưu ý không chạm tay vào vật gì để tránh da tay ẩm ướt tạo điều kiện cho vi khuẩn bám vào.

Nhiều bạn dành nhiều thời gian chăm sóc da mặt nhưng hay bỏ quên làn da tay. Da tay cũng như da mặt cần được chăm chút và dưỡng ẩm kỹ lưỡng, nhất là trong giai đoạn phòng chống dịch cần rửa tay thường xuyên, do vậy bạn nhớ thêm bước dưỡng da tay vào quy trình chăm sóc da hàng ngày nhé.

Bạn có thể chọn những loại dưỡng ẩm dạng kem, giúp dưỡng ẩm cao và phục hồi da, không có hương liệu, không chất tạo màu để hạn chế kích ứng. Nếu không biết chọn loại nào, bạn có thể tham khảo ý kiến bác sĩ da liễu.

##### *Sản phẩm gợi ý cho bạn:*

Kem dưỡng Cicoplast Baume B5 với Madecassoside và 5% Panthenol (Vitamin B5) với các công dụng: làm dịu và phục hồi các vùng da khô, da kích ứng, giúp tái tạo làn da bị tổn thương do dùng các hoạt chất tẩy rửa mạnh hay làn da không thể dung nạp do sử dụng các hoạt chất không rõ nguồn gốc và kem trộn. Sản phẩm không chứa paraben, không hương liệu, rất thích hợp cho các làn da bị kích ứng ở người lớn, trẻ em, trẻ sơ sinh, và những làn da tay bị khô, mẩn đỏ do dùng nước rửa tay quá thường xuyên, giúp mang lại cảm giác dễ chịu.



*Kem dưỡng giúp tái tạo và phục hồi da Cicaplast Baume B5*

Bạn cũng có thể chọn kem dưỡng giảm kích ứng Lipikar Baume AP+ giúp dưỡng ẩm, phục hồi làn da bị tràm hoặc làn da bị kích ứng gây khô rát, đặc biệt an toàn với mọi loại da, ngay cả làn da của trẻ sơ sinh. Sản phẩm có chứa Niacinamide, bơ hạt mỡ (20%) và AQUA POSAE FILIFORMIS – hoạt chất độc quyền của La Roche-Posay giúp cân bằng hệ vi sinh vật trên da, cho bạn làn da khỏe mạnh mềm mại.



*Kem dưỡng ẩm Lipikar Baume AP+ giúp dưỡng ẩm, phục hồi làn da bị kích ứng, khô rát*

### **La Roche-Posay đồng hành cùng Bệnh viện Da liễu trên toàn quốc**

Hiểu được tầm quan trọng của làn da khỏe mạnh, trong thời điểm hiện tại, nhãn hàng La Roche-Posay đồng hành cùng các bác sĩ da liễu trong công tác giáo dục cộng đồng cách rửa tay đúng và kết hợp sử dụng kem dưỡng da tay sao cho phù hợp.

Để hỗ trợ các bác sĩ của Bệnh viện Da liễu trên toàn quốc, La Roche-Posay đã trao tặng kem dưỡng Lipikar Baume AP+ giúp dưỡng ẩm, cân bằng hệ vi sinh vật cho da tay thêm khỏe. Trong đầu tháng 4 vừa qua, La Roche-Posay đã trao quà cho Bệnh viện Da liễu Trung Ương và Bệnh viện Da liễu TP. Hồ Chí Minh. Những món quà sẽ tiếp tục được chuyển đến Bệnh viện Da liễu Đà Nẵng và Bệnh viện Phong - Da liễu Trung Ương Quy Hòa trong thời gian sắp tới. Tổng số lượng quà mà nhãn hàng dược mỹ phẩm đến từ Pháp trao tặng là 4,500 tuýp kem dưỡng da tay Lipikar Baume AP+.



Đại diện La-Roche Posay trao tặng những món quà chăm sóc da tay cho Bệnh viện Da liễu Trung Ương và Bệnh viện Da liễu TP. Hồ Chí Minh vào đầu tháng 4

La Roche-Posay hy vọng sẽ góp sức nhỏ vào công cuộc bảo vệ sức khỏe của cộng đồng, cùng với thông điệp nhắc nhở các bạn đừng quên chăm sóc da tay để có một bàn tay sạch khuẩn, mềm mại và sức khỏe làn da thật tốt để cùng nhau đi qua mùa dịch này nhé.

Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng liên hệ:  
 Phòng Truyền thông, Đối ngoại & Phát triển bền vững  
**L'Oréal Việt Nam**

Lầu 10, 45A Lý Tự Trọng, Quận 1, Thành phố Hồ Chí Minh

Điện thoại: +84 28 3936 9142

Liên hệ: Ms Thảo Trần/ +84 973 808 402

Email: [phuongthao.tran@loreal.com](mailto:phuongthao.tran@loreal.com)

### **GIỚI THIỆU TẬP ĐOÀN L'ORÉAL**

L'Oréal là tập đoàn mỹ phẩm hàng đầu thế giới với 36 thương hiệu đẳng cấp thế giới bao gồm 4 ngành hàng: ngành mỹ phẩm cao cấp, ngành mỹ phẩm phổ biến, ngành dược mỹ phẩm và ngành chăm sóc tóc chuyên nghiệp. Mỗi năm, L'Oréal mang đến cho người tiêu dùng toàn cầu hơn 7 tỷ sản phẩm.

