

# 10 BÍ QUYẾT ĐƠN GIẢN GIÚP DA BẠN LUÔN ĐẸP BẤT CHẬP THỜI GIAN



Luôn tẩy trang sạch trước khi đi ngủ



Uống nhiều nước cả ngày



Biết được loại da của mình và chọn sản phẩm phù hợp



Luôn dưỡng da đầy đủ cả ngày



Luôn dùng serum chống lão hóa vào buổi tối



Thay gối 1 tuần 1 lần



Hạn chế đồ ăn nhanh và nước ngọt



Đắp mặt nạ ít nhất 1 lần 1 tuần



Tẩy da chết ít nhất 1 lần 1 tuần



Chăm vận động để tăng lưu thông máu