



# 面部护理流程PPT

by 茅弟

2024-05-30

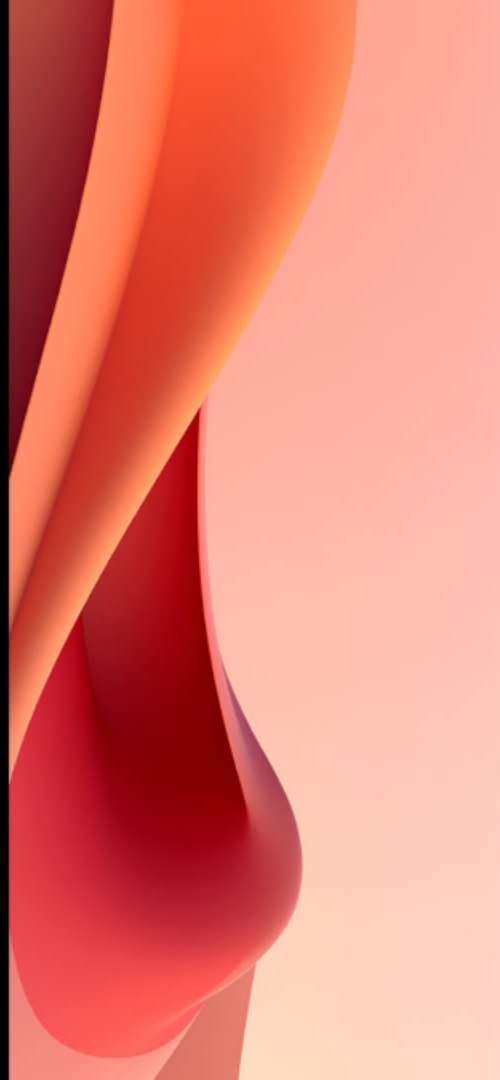


# CONTENTS

- 准备阶段
- 深层清洁
- 营养滋润
- 防晒工作
- 面部按摩
- 日常护理建议

# 01

## 准备阶段



# 准备阶段

## 清洁面部：

使用温和的洁面产品彻底清洁面部皮肤。

## 按摩舒缓：

使用按摩霜或精油进行面部按摩，促进血液循环，缓解面部疲劳。

# 清洁面部



**选择适合的洁面产品：**  
根据肤质选择清洁力度合适的洁面产品，轻柔按摩脸部肌肤。



**洁面按摩技巧：**  
用指腹打圈按摩，注意避开眼部周围皮肤。



**去角质：**  
可选择适合肤质的去角质产品，去除肌肤表面老废角质。



**补水保湿：**  
洁面后进行简单的补水保湿工作，保持肌肤水嫩。

# 按摩舒缓

---



01

**选择按摩产品：**

选用适合自己肤质的按摩霜或精油，避免过度刺激肌肤。

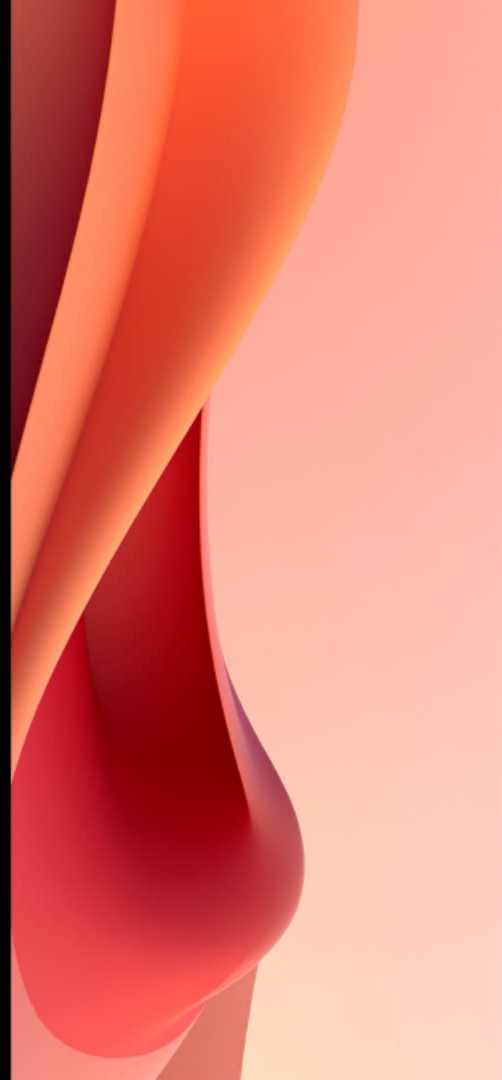
02

**按摩手法：**

采用指腹轻柔按摩，由内向外打圈按摩，注意眼部周围轻拍按摩。

# 02

## 深层清洁



### 热敷：

使用热毛巾或热蒸汽熏脸，  
打开面部毛孔，促进深层清  
洁。

### 深层清洁面膜：

选择适合肤质的深层清洁面  
膜，吸附污垢和油脂，清洁  
毛孔。



# 热敷

## 准备热毛巾：

用热水浸湿毛巾，拧干后敷在面部，保持5-10分钟。

## 蒸汽熏脸：

可使用蒸汽机或热水熏脸，加速毛孔张开，方便清洁。



## 深层清洁面膜

### 选择面膜类型：

如炭黑面膜、泥巴面膜等，根据肤质选择合适的产品。

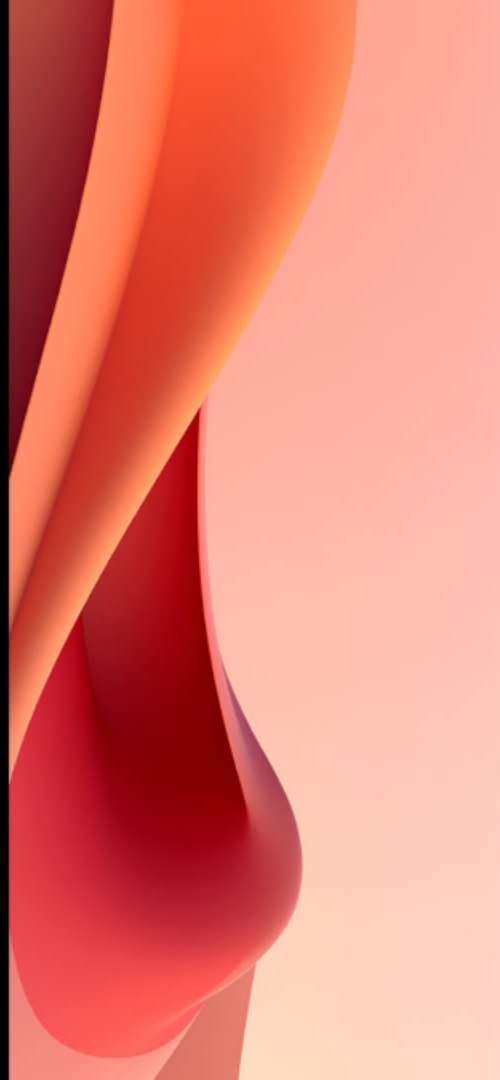
### 敷面膜步骤：

均匀涂抹在面部，避开眼部和嘴唇，保持15-20分钟后洗净。



# 03

## 营养滋润



# 营养滋润

## 精华液护理:

选择适合肤质的精华液，补充肌肤营养，提升肌肤光泽度。

## 面霜涂抹:

选择保湿滋润效果好的面霜，锁住肌肤水分，形成保护膜。



# 精华液护理

## 选择精华液：

根据肌肤需求选择保湿、  
抗衰老等功能的精华液。

## 涂抹方式：

将精华液均匀涂抹在面部，  
轻拍按摩至吸收。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/878040123132006077>