

## 各季皮肤护理-新版

初秋，天气虽已有凉意，但中午前后的紫外线光仍十分强烈，经夏日晒后的皮肤，除了应坚持敷面、按摩等保养外，仍应注意对紫外线光的防护，专门对那些经日晒后有明显色素沉着和雀斑生成的皮肤，更应细心养护。户外活动时仍应坚持幸免紫外线光的照耀，返回室内后，给予良好的晒后护理。

中秋时节，日晒减弱而寒气慢慢袭来，皮脂与汗腺分泌缓慢，皮肤处于干燥状态。若任凭皮肤暴露在外，不及时补充水分和油分，会使皮肤变得粗糙、多皱。故现在的皮肤，既要注意保持皮肤的清洁，又要幸免过多的洗浴。洁肤时，应用温水洗面，并使用弱碱性化妆水轻拍面部。在润肤霜的选择上，应使用以保湿剂为主的抗皮肤衰老化妆品，补足面部皮肤的水分，有效地防止皮肤的干燥和皱纹的产生与加深，使皮肤充实而有弹性。

为改善皮肤的干燥起皱状况，可使用自然抗皱品配制的面膜敷面，如用等量的鸡蛋和蜂蜜混匀，调入极细的米粉成膏状，每日擦脸2~3次，擦后10~15分钟冲洗洁净，调敷一段时刻后，可有效地保持皮肤的光泽与柔软，减缓皱纹的产生。

给肌肤一个清凉的秋

当炎热的夏天终于过去时，幼嫩的肌肤通过一个夏天的暴晒，不同程度地受到损害，专门是由于肌肤缺水，损害尤为严峻。那么，金秋10月正好是你补充肌肤水分的好时机。恰当的选用护理品会使皮肤状况大大改观。

### 一、水分修护凝露（修护配方）

#### 1、补充水分

由于此类产品配方往往含有透亮质酸，因此能在最短时刻内为肌肤补充水分，并有效防止水分散失，令肌肤复原弹性，润泽细致。

#### 2、修补肌肤

溶合了天然芦荟植物精华及维生素 B5，能修护肌肤并在肌肤表面形成保护膜，巩固肌肤防备能力，有效抵御外界侵害，防止皱纹过早显现。

### 3、清新配方

凝露多属于清新配方，不油不腻，也绝不含有任何油份及香精，因此用后肌肤清新凉快，专门适合秋季使用。

## 二、润肤霜（滋润配方）

由于此类产品往往含有“水分平稳系统”成份，能够调剂肌肤内的天然水分，从而使皮肤在近 12 小时内保持潮湿。再加上含有的维生素原 B5 及维生素 E，更可营养肌肤，使肌肤幼嫩润滑。

### 1、润肤露

同样含“水分平稳系统”成分，调剂肌肤内的天然水分，关于防止皮肤因水分流失而造成干燥现象较有效。而且由于含有丰富维生素 E 及“水包油”配方，长时刻使用，还能防止皱纹的过早显现。

### 2、轻柔保湿霜

除了能调剂和补充肌肤水格外，由于含有植物精华和防紫外线配方，还能有效抗击紫外线 A 及 B 对皮肤造成的损害。

好了，现在你要做的确实是，抓紧时刻，赶忙在最短的时刻里修护好夏季受损皮肤，带着轻松的感受，走进凉快的秋季。

## 想要完美肌肤？秋冬护肤 ABC

通过春夏两季节的“摧残”，你的肌肤 要好好的修护保养 冬天日是保养的最佳时候， 把握那个短短几个月让肌肤休憩养生一下，就可在以后的春、夏、秋季“卡水”哟！，且虽讲四季都需保养，但以冬天的成效最佳，因为冬天衣物多，肌肤都包在里面、受到爱护，擦了保养品又较夏日好吸取，也没有流汗、怕热、过油等咨询题，专门提醒爱洗三温顺的女性，太热的水会减弱细胞的供给能力、造成肌肤松垮，忽冷忽热，长久下来也会让冗肤放松，可不要因为冬天较耐得住烤箱、蒸气的热，而待得过久喔！

## 秋冬的保养 A

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/986004040234010040>