

秋天干燥,常见皮肤问题已经拉起警报,唯有做好防护准备,才能处变不惊。下面让我们一起学习解决常见肌肤问题对策,安然享受这一季的浪漫。

# 肌肤入秋 安全换季远离烦恼

## 秋季常见皮肤问题一

### 油光一直找上门

夏秋交替之际,空气中的湿度逐渐降低,日夜温差拉大,肌肤的皮脂分泌量减少。表面上,偏油性肌肤不再拼命出油,让人感觉好像清爽了起来,但偏干性的肌肤,却容易在此时出现干痒不适的现象。

事实上,无论你是哪种类型肌肤,“缺水”都是必须面对的课题,而“把脸洗好”,正是留住肌肤水分的第一步。

#### ◎对策： 洗出好脸色

选择中度、弱酸性或含有氨基酸保湿的洗脸产品,并在30秒内结束洗脸动作。冷水的清洁效果最好,因为较热的水温会强化清洁效果,反而使敏感的脸部肌肤出现微血管过度扩张,造成肌肤紧绷不适。

其实肌肤本身就有自然恢复的能力,次数过于频繁或清洁力太强,不仅破坏了皮脂保护功能,连带使水分供给失衡。

## 秋季常见皮肤问题二

### 保养品效果差

想要肌肤水亮,扮演第一关守门员角色的“角质”非常重要。当肌肤的新陈代谢正常,老废角质也能自动自发倒垃圾,角质层便能漂亮整齐排列,铺陈出一张光滑的脸蛋。

基本上,皮肤的代谢和年纪有很大关系,60岁前,人的代谢周期约为1个月,过了60岁后,就拉长为45天,好好维护这层角质,美丽就离你不远。

#### ◎对策： 去角质别太频繁

尽管秋天的温度有逐渐下降的趋势,但影响肌肤状态最大的关键,其实在于湿度的改变,经常去角质只会造成肌肤伤害,破坏原有的保护功能。

同时,一旦皮肤变得太薄,外来物质反而更容易有机会入侵,对于皮肤更加不利。如果你在此时做果酸换肤,便能发现,以往可以接受1%浓度,如今却觉得刺痒难耐。因此,一般肌肤1至2周去角质一次即可,而敏感肌肤更要小心避开粗颗粒。

## 秋季常见皮肤问题三

### 干裂细纹一起来

秋老虎的高温炎热,常让人以为时间还停留在夏天,保养的内容也依旧一成不变。事实上,只要细心一点,就能察觉早晚温差正逐渐拉大,脸蛋有点干干、刺痒的紧绷感,突然跑出几条细纹、变得粗糙、缺乏光泽,甚至不像以往吃妆,或是容易脱妆。这个时候就是更换保养品,让保湿进驻脸蛋的时机到了。

#### ◎对策： 保湿,跟着感觉走

进入秋天,肌肤常在洗完脸后出现有点干、有点绷的不舒服症状。此时先别急着拿保湿产品往脸上抹,根据肌肤构造发现,随着每个人的肤质状况不同,油分与水分的比例也会不同,将肌肤调整在“油水平衡”的中性状态,才是最舒适的肌肤感受。

因此,肌肤偏油的你,不妨挑选水分比油分多的水包油型态保湿产品,将肤质调整到接近中性肤质,让肌肤拥有清爽感。至于肌肤偏干的你,最好在使用保湿产品后,再多一道乳液或乳霜,让较为滋润的油包水剂型润泽肌肤,减少干裂的紧绷感。

(王娇 整理)

编辑:王娇 组版:张静



都市力量

全新科帕奇CAPTIVA

BEING TOGETHER

全新科帕奇7座版

都市力量SUV

夏季特惠  
五座/七座全系19.99万起



雪佛兰  
CHEVROLET



曼彻斯特联队全球官方汽车合作伙伴



日照鸿发海通汽车销售服务有限公司

地址：日照奎山汽贸城204国道西

电话：0633-3987977

莒县鸿发汽车销售服务有限公司

地址：山东省莒县日照西路2号

电话：0633-3951666