

夏天晒黑黑 秋冬徒伤悲

夏日,皮肤要么被明晃晃的太阳晒出斑点,发红变黑,要么就被空调房里的冷气吹得极度缺水,迅速老化——这对每个爱美女性来说,是多么糟糕的一件事!所以,夏天一定要给肌肤更多的呵护,否则,它就要在接下来的季节里给你点“颜色”看啦!

□小霞

夏日美肤 第一课: 补水控油

基础课程: 走出夏季补水误区

首先要走出控油的误区,夏季皮肤出油多,主要是肌肤缺水造成的,想要控油,补水才是王道!其次,补水和保湿也并不是一回事。虽然目的都是为了让皮肤保持水润,但不是同一件工作,需要分开来做。补水的定义是帮助皮肤补充水分,是保持肌肤水润的“前锋”;而保湿则是帮助皮肤留住里面的水分,不让水分过度流失,是保持肌肤水润的“后勤”。只有夏季做好了补水工作,皮肤才能更好地度过干燥的秋冬季节,对抗寒冷干燥对它的损害,因而夏季正是皮肤进食“水”的时候,一定马虎不得!

推荐产品:



参考价: 230元
兰芝锁水滋养睡眠面膜



参考价: 101元/每片
我的美丽日记保湿面膜



参考价: 450元
倩碧水嫩保湿润肤霜



参考价: 200元
植村秀海洋深层水喷雾

NO 错误做法: 夏天出汗多、出油多,皮肤不会缺水,应该多用控油的产品,把以前的补水护肤品都放起来,专心控油。还要多用一些立竿见影的控油方法,如使用吸油纸和粉饼。

YES 正确做法: 夏季当然要补水,这个工作甚至比秋冬的保湿工作还要艰巨,因为夏季气候炎热,水分流失太快,所以必须及时补充水分。上班族可以在办公室放一瓶保湿喷雾随时保持肌肤的水润,一周做2-3次保湿面膜。

加深课程: 海洋润泽水合护理

适合不同肌肤,包括受环境压力侵害的缺水性肌肤,季节交替时的水合加强保养,具有强效保湿功能,水合精华可高度激励肌肤回复自然,水合,轻松渗入肌肤细胞,强效补水,让肌肤重现光彩透明。

护理时间: 80分钟

护理步骤: SPA放松→重点卸妆→清洁→润肤调理→深层洁净去角质→海洋活力喷雾→水合紧致精华液滋养→海洋保湿按摩→海洋保湿柔肤面膜→爽肤调理→后续保养

推荐机构: 贝黎诗专业护肤中心

夏日美肤 第二课: 晒后修复

基础课程: 晒后修复应防患于未然

夏天的烈日不仅让我们感觉炎热难耐,最恐怖的是紫外线对我们皮肤的伤害,如果经常从事户外活动,或去海边等日照强烈的地方出游,肌肤更容易出现晒红、晒伤等情况。轻度的晒伤一般于1-2日内逐渐消退,并出现脱皮、色素沉着。有水疱、糜烂的严重患者,恢复需要一周左右。晒后修复的功课要及时做,才能防患于未然。

推荐产品:



参考价: 20元/片
露得清细白修护面膜



参考价: 230元
佰草集晒后修护精华凝露



参考价: 1000元
希思黎身体防晒乳液



参考价: 110元
雅漾晒后修复套装

NO 错误做法: 夏季出门都打防晒伞,还用防晒产品,这些防晒的东东已经足够保护我了,至于晒后修复,不是只有夏天经常日晒或去海边的人才需要做的事情吗?正常的夏季活动不需要做修复功课。

YES 正确做法: 夏天,皮肤经过强烈紫外线的照射,会攻击我们皮肤的正常细胞,这就是我们需要用防晒产品的原因,如果出现晒红、晒伤的情况,再晒后修复就已经晚了。1-2周做一次晒后修复功课,防患于未然。

加深课程: 透明质酸骨胶原护理

夏季由于光照强烈,肌肤更容易造成水分、胶原蛋白的流失,导致肌肤光老化。透明质酸骨胶原护理可作为一款夏季常做的基础型保养,透明质酸可携带多于自身数百倍的水分,结合海藻天然锁水精华,深入真皮形成弱酸性水膜,强力去除真皮层干燥、暗沉、缺少弹性等问题。

护理步骤: SPA放松→重点卸妆→清洁→润肤调理→深层洁净去角质→面部淋巴引流按摩→透明质酸骨胶原面膜→放松按摩→面部滋养保护

护理时间: 90分钟
推荐机构: 贝黎诗专业护肤中心

夏日美肤 第三课: 美白祛斑

基础课程: 防晒+美白

夏季一到,太阳越来越猛烈,而阳光中的紫外线对皮肤的伤害是非常大的,不仅晒黑皮肤,还会诱发斑点、皱纹,所以美白功课在夏天就显得尤为重要。美白首先是防晒工作,防晒是为了防止晒黑,可以通过防晒产品、防晒伞、防晒眼镜来实现;但要想真正成为“白雪公主”,杜绝斑点、皱纹,除了天生丽质,还要使用美白功效护肤产品。

推荐产品:



参考价: 190元
欧莱雅雪颜光学美白滋润日霜



参考价: 580元
贝佳斯活力亮彩美肤泥浆



参考价: 720元
碧欧泉莹白美容液



参考价: 500元
碧欧泉莹白美容液

NO 错误做法: 夏天只要打了防晒伞,戴了帽子就不用涂防晒产品了,就不会被晒黑晒伤了;使用美白产品没有什么效果,皮肤黑白都是天生的,后天护理也没有用。

YES 正确做法: 防晒的正确方式是使用防晒护肤品,即使是室内工作者,同样需要做防晒措施。美白功课,只要孜孜不倦,一定会有效果,美女大S就是个通过后天护理变“白雪公主”的绝好证明!

加深课程: 天使白 3D 立体美白护理

想让美白更有效果,就要尽量每周或每隔十天到美容院在美容师指导下选择适合的疗程,进行美白的特别护理。天使白3D立体美白护理非常适合夏季的美白护肤疗程,去除老态毕露的蜡黄黯沉,阻断黑色素沉积,淡化斑点,直击表层已经形成的黑色素,全面提升亮肤。

护理步骤: 卸妆→洗面→去角质→针清、修眉→再次清洁→补水→玫瑰精油按摩→洗面*1→美白面膜+无针导入→眼霜→天使白乳液面霜

护理时间: 90分钟
推荐机构: 美丽田园SPA

LINK 不可不知的夏季美容护肤误区

- 误区1: 保湿等于洗脸 夏季由于温度高,人体水分蒸发较多,有些人误以为频频洗脸既可以洗掉汗水,还保湿。事实上,洗脸固然可以使肌肤感到清爽,但如果洁面后不涂抹护肤品,反而会加剧皮肤干燥程度。
- 误区2: 往脸上喷纯净水可补水 这种方法虽然可以让肌肤享受一瞬间的滋润快感,但由于表面张力的缘故,普通水滴在皮肤上通常呈球形,不容易被吸收。相反,随着这些水分的蒸发,还可能将表皮原有的水分一起带走,令皮肤更加干燥。正确的做法是,用有深层补水功能的喷雾柔肤水为脸补水。

- 误区3: 越出油越要勤洗脸 为了去掉脸上的油光,有的人一天洗好几次脸。正确的做法是,每天早晚洁面2-3次即可,如果洗得过勤,洁肤用品会刺激皮肤分泌更多的皮脂,或伤害皮肤角质层,甚至使毛囊过度角质化,加重痤疮。
- 误区4: 防晒品搽得越多越有效 使用防晒霜一般以少量多次为宜,涂抹频率可视户外活动时间和日照强度而定。回家后应及时洗脸。一些专门为户外活动准备的高SPF值防晒霜不适合脸部使用,应用于躯干和四肢。最后要提醒的是,有创口、发炎、痤疮和湿疹的患部皮肤,要暂停使用防晒霜,可采用遮挡的物理方法防晒。