

因“天”制宜: 护肤需要晴雨表

今日女报/凤网记者 李诗韵 实习生 刘浩

阴晴不定,是常见的自然规律。我们总习惯按照天气的变化加减衣物,那么皮肤呢?

大多数美眉都不知道,皮肤也有“阴雨”气。一旦阴晴不定,皮肤就开始闹情绪——痘痘、细纹等统统上脸。那么,面对阴晴不定的天气,你该如何护肤呢?看来无论是艳阳高照天,还是阴雨绵绵,我们都要因“天”制宜,制定一份独特的晴雨两用护肤计划。

晴天“快”护肤

Part1

策略: 轻柔洁肤+完美控油+清透防晒

晴朗天气下,心情自然也开朗,可别忽略你的面子问题。阳光的照射会让面部色斑显现、水分流失加快、肌肤老化加速等。而皮肤在艳阳高照的天气里,会像一面擦了油的镜子般“光彩照人”,即使频繁的洁面也不能解决问题。当肌肤在太阳下暴露诸多问题时,把握“轻柔洁肤+完美控油+清透防晒”的法则,你就是当仁不让的“晴天美人”。

晴天护肤关键词一: 防晒

阳光明明那么温柔,却偏偏成为肌肤衰老的最大杀手,肌肤内的黑色素经过日晒,在体内越发活跃,斑点、细纹也就随之增加。其实防晒并不全是为了不被晒黑,防晒最重要的功效是保护肌肤不被晒“老”。

专家帮帮忙>>

有太阳出现的情况下,自然就离不开防晒,但你知道防晒产品在使用上的诀窍吗?

“涂抹防晒霜需要遵循的原则就是:少量多次。室内可以适当地延缓涂抹的间隔时间,但在室外最好是每隔半小时就重复涂抹一次防晒霜,让防晒指数完全发挥效果。”长沙华清丽池国际店店长李霞介绍,冬季太阳光并不太强烈,选用SPF15左右、PA+的防晒产品就足够了,过高系数的产品往往含有大量物理或化学防晒剂,对皮肤的刺激大,容易堵塞毛孔,甚至滋生暗疮和粉刺。平常在室内工作的美眉,接触阳光比较少,可选择防晒型的隔离霜,能防止有害物质以及紫外线对皮肤的侵害。

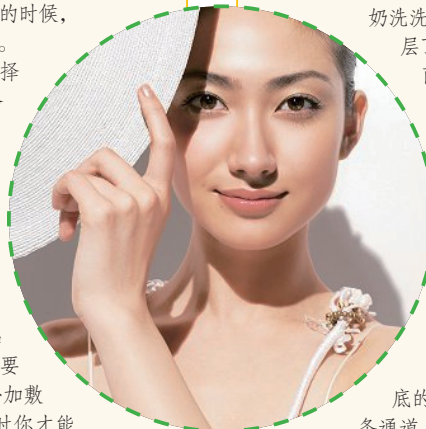
晴天护肤关键词二: 控油

晴天,温度升高,T区油脂分泌旺盛、两颊失水干燥,面部肌肤也随之分泌出更多油脂。如果不能恰如其分地控制好油光,就会给人油腻与邋遢的糟糕印象。因此,想要有一个完美的肌肤,控油是前提。

专家帮帮忙>>

莉尔丝长沙韩妆馆店长陈静介绍,在大家的传统观念中只有炎热的夏季和“大油田”肌肤才需要控油,其实气温较高或者晴天时的时候,控油是每个人都必不可少的工作。

陈静认为,多数美眉会选择以洁面的方式控油,但她们只会使用同一款产品进行控油。然而,晴雨天控油方式大不同。晴天油脂分泌相较阴雨天会多一些,普通的温和型控油产品收效甚微,我们应该选择皂类及含果酸、水杨酸等成分的洁面用品,或者磨砂洗面奶进行清洁。但这样强清洁力度的产品极易导致皮肤干燥,所以我们需要时刻准备一支喷雾带在身边,外加敷清洁补水面膜,这样在大晴天时你才能美美地亮相。



Part2

雨天“慢”护肤

策略: 滋润养肤+深入修护+亮白调理



很多美眉一到下雨天,心情就会莫名其妙地

沮丧。室外光线不足、空气湿度大,在这种情况下肤色会变得更暗黄,人也不够精神。想让自己的肌肤和心情在阴雨天变得明亮起来?请耐着性子,遵循“滋润养肤+深入修护+亮白调理”的步骤,让每个细节都更加精细,在忧郁的阴雨天气一起来做个气质美人吧。

雨日护肤关键词一: 清洁

说到阴雨天,你会自然联想到细细的水分子如喷雾般滋润着你的肌肤。事实上,这种想法大错特错,雨水本身是不脏的,但在空气质量不好的情况下,雨水中夹杂

着粉尘、杂质甚至硫化物,当这些物质沾染在我们肌肤上时,别说补水保湿,相反还会伤害娇嫩的皮肤。因此,阴雨天气的洁肤可是大有讲究的。

专家帮帮忙>>

“对于清洁,很多美眉观念里认为只需要用洗面奶洗洗也就干净了。错!这样做别说皮肤的基底层了,就连表皮层都是脏的。”陈静介绍,阴雨天清洁你应该这样做:

Sept1: 用卸妆乳对皮肤进行初步清洁,将面部脏东西软化。

Sept2: 用洗面奶细致地洁面,但一定要揉搓出细腻的泡沫再进行清洗。

Sept3: 每隔三天使用一次按摩霜,按摩霜和普通去角质产品相比更柔和,去角质的同时还能给肌肤注入护肤因子。

Sept4: 化妆棉配合爽肤水进行彻底的清洁,爽肤水是打开皮肤基底层的第一条通道,只有这样,皮肤才能干净又水灵哦。

雨日护肤关键词二: 隔离



专家帮帮忙>>

李霞介绍,阴雨天,天气雾蒙蒙的,不涂隔离霜就是在与脏空气进行亲密接触。但涂了隔离霜就感觉脸黏黏的,所以隔离霜要挑选透气性好的,泡沫质地或乳液质地的隔离

霜就特别适合这种天气。在阴雨天要使用持久妆效的隔离产品,不然一遍遍涂抹不仅厚重,尤其如果与湿气结合,后果将惨不忍睹,漂亮美眉就可变成大花猫了。

雨日护肤关键词三: 补水+补油



专家帮帮忙>>

雨天麻烦不断,一些爱美的女性就抱怨,阴雨天本就水汽多,脸上感觉很黏腻,如果强化补水保湿的话,岂不更粘腻?对此,陈静认为,雨天不加强保湿,皮肤就会处于内外双重缺水状态,更容易失去水分。同

时,补水还远远不够,我们还要适当地补油,才能锁住水分不流失。补油相当于给脸上加盖一层薄膜,可最大限度地防止水分蒸发,充分发挥补水成分的作用,这一点在阴雨天特别重要哦。