

# 冬天护理向“厚”看



今日女报/凤网记者 李诗韵  
当太阳躲进云层,我们暗自窃喜,庆幸少了一丝紫外线。殊不知,冬天刚开始,雾霾就从天而降……  
往年冬季,我们总在强调“补水保湿”,涂上一层隔离霜,强效保湿就够了。然而,当雾霾遇上冷空气,薄薄的隔离霜可是大失功效。于是,肌肤护理有新招啦——国际美容专家 Lisa (李莎) 告诉你,要滋润,你还得先向“厚”看!

出镜故事>>

## 冬季护肤,“穿厚”点

特邀专家: Lisa (李莎, 湖南省美容美发协会副会长)



“水乳精华霜”,每当我精挑细选,希望用最薄的护理套装达到最佳护肤效果的时候,我就会打开窗户,让肌肤裸在空气中——这时,干涩、疼痛感扑面而来。可别以为是我的皮肤多么娇嫩,不信,你去试试!

2014年,星城的冬季来得晚,阳光刚走,雾霾笼罩。网络、杂志上铺天盖地宣传着如何抵抗雾霾、如何养生,可作为爱美的女人,你还得时刻提醒自己,这种环境下,肌肤护理该换方法了——

补水保湿,是惯用招数。然而随着空气污染越来越严重,简单地补水保湿,已经远远不够,甚至你会感觉到,肌肤已经不再“口渴”,补充再多的营养又能怎样?所以,当我发现肌肤的问题时,开始看“天”护肤。

冷了该加衣服,肌肤也同

样如此。清晨起床,除了日常清洁工作,我会细心地给肌肤加个“餐”,用温热的毛巾敷几遍脸,待毛孔张开后,再涂上化妆水和乳液。与平日不同,冬季使用保养品,我都会加倍,均匀抹上两层后,才会感觉锁水成功。

做好基础护肤工作,到了上妆环节,我也会让自己向“厚”看。彩妆部分可不是哪儿都要加厚。隔离霜、眼影、唇膏、睫毛膏,我们可以加量使用,不用太担心堵塞毛孔,因前期的加厚护理工作足以让毛孔收缩起来。

出门在外,倘若长时间在冷空气中徘徊,我会随身带上保湿型定妆粉,一来方便补妆,二来适量的补粉,能阻碍肌肤与空气的直接接触,有利于隔离空气中的脏东西。

当然,给肌肤穿太厚能利于肌肤,但也会带来麻烦。每天下班回家,我的第一件事就是

卸妆。因为上妆程序太多,所以卸妆的时候也会加倍细心——首先要用眼唇部卸妆油来回擦拭三遍,确保彩妆全都清洁干净;再在手心倒入一元硬币大小的面部卸妆油,双手预热后,按压于双颊,待卸妆油乳化后,轻轻揉搓开来,用化妆棉擦拭干净;最后,使用一款泡沫型洗面奶进行收尾清洁。

很多美女喜欢在卸妆后裸肌,我从来不会这样。卸妆完毕,我会从冰箱拿出睡眠面膜,用温水预热后厚厚地涂抹在脸上,然后再去做其他事情。坚持到晚上10点左右,将睡眠面膜洗去,按照“水乳精华霜”的程序,再次护肤。

我曾做过一个计时测试,坚持同样的“厚度”护肤,只要短短15天时间,肌肤干燥、暗沉等问题就能得以解决。所以,想在冬天完美“换肤”的美女,可得掌握这些好方法噢!

专家帮帮忙>>

■护理篇

特邀专家: 王莎 (资生堂中国投资有限公司品牌部主管)

## 1. 水乳护肤厚起来

在传统的护肤理念中,水乳护肤品的使用应该越薄越好。然而,在冷空气和雾霾环境下,加大水乳的使用量,不仅能让肌肤“吃”到更多营养,还能在肌肤表层形成一种隔离层,防止肌肤吸入更多灰尘。然而,加厚水乳用量最好是在睡前,因对于一些油性肌肤的女性而言,白天加厚可能会导致出油厉害、花妆等。

## 2. 加厚你的角质层

很多人问我:“为什么冬天会有‘高原红’?”其实,“高原红”就是角质层太薄引起的。所以,冬季护肤,我们还要注意少用去角质的产品,防止角质层变薄。通常而言,角质层太薄与护肤方法有关。因此,我们不要用手或毛巾之类的物品大力搓洗面部皮肤,也不要经常用去油的洗面奶。我们要选择温和无刺激的化妆品,比如无添加产品,同时要注意营养均衡,保持充足睡眠。

## 3. 晚霜面膜要厚点

睡着的肌肤也要呼吸,是不少女性以为肌肤晚上应该裸露的原因。殊不知,“盖上一层营养的被子”才能让肌肤呼吸又畅通,又不会缺水“口渴”。在晚霜的选择上,我们要尽量选择抗氧化、锁水的类型,避免“滋润”二字。因为在使用方法上,建议“被子盖厚点”,抗氧化和锁水的晚霜质地较清,通常不会阻碍肌肤呼吸。至于面膜如何加厚,建议涂抹2—3毫米的厚度。

■彩妆篇

特邀专家: 晓蓉 (长沙友谊商店纪梵希专柜导购)

## 1. 让隔离霜厚起来

冬季在隔离霜的选择上,我们可以尽量选择带遮瑕效果的产品,比粉底液要轻薄,但比普通隔离霜要厚一点,还能遮盖毛孔。在这类隔离霜的使用上,第一步上妆前,多加妆前乳;第二步再上隔离霜,用湿粉扑上第一遍妆,然后用手轻点,上第二次妆。两个步骤完成后,底妆厚了,再用定妆粉轻压,最后上腮红。

## 2. 眼影厚点,妆感更强

冬季到了,彩妆主张质感。看看明星冬季妆,她们都加厚了眼影。首先建议选择香槟色、咖啡色、深灰色等颜色。其次,在涂抹眼影的方法上,先用刷子轻轻刷上一层底色,然后用无名指沿着眼部轮廓按压上妆。如果涂抹不均匀,则可以用小海绵来回扫,打造晕染感。最后,在睫毛膏的选择上,也可稍稍加厚,涂三层睫毛膏,然后用牙签棒子挑开粘贴部位即可。

## 3. 护理唇部,滋润起来

通常而言,每天要喝8杯水,才能维持体内水分均衡。所以,喝不到8杯水的女性则容易口渴、干涩,唇部问题也会显现出来。所以,冬季护唇一定要加厚唇膏的使用。在唇膏的选择上,建议用无色唇膏,不含色素的产品往往怎么厚都不会色素沉淀,保湿度很强。而在使用方法上,建议每隔1小时,涂抹一次,每次涂抹两层,这样能让嘴唇持久滋润。



# 友阿特女郎 走近特品汇

## “特品汇女郎”杨姣个人资料

姓名: 杨姣 年龄: 26 职业: 学生 爱好: 唱歌, 购物  
参加特品汇女郎的原因: 喜欢购物, 喜欢网购, 喜欢拍照, 喜欢友阿  
参赛宣言: 低调做人, 踏实做事, 通过自己的努力做自己生命中的女王! 我就是特品汇女郎, 我为梦想代言!



今日女报/凤网记者 盛朵

10月30日开启的“友

阿特品汇‘寻找特品汇女郎’”活动,采取微博、微信、微社区三大报名通道,通过自愿报名、全民票选的方式进行选拔,吸引了来自全国各地的用户参与“特女郎”评选。拥有180多万粉丝的唱吧红人、歌手演员湘妹子杨姣经过角逐,以绝对优势领先,最终获得本次特女郎评选的总冠军。

在简约又不失时尚感的万科紫金台俱乐部,我们与特女郎杨姣面对面,了解她的生活、她与特品汇的故事。

Q 你平时的生活状态是什么样子的呢?

A 生活中我是一个比较宅的人,所以很喜欢网购,经常代购一些衣服啊、包包之类的东西。

Q 你怎么会想到来参加“特女郎”的评选呢?

A 我本来就是湖南人,也是友阿特品汇的忠实消费者。这次看到友阿特品汇选“特女郎”就立马报名参加啦。

Q 在特品汇买过哪些东西呢?

A 特品汇的东西很实惠,折扣非常低,所以我经常在这里帮我爸妈选衣服。我在特品汇先后给我爸爸买了四件衣服,虽然

图片不是很精美,这也许是因为特品汇提倡的员工参与、拍照上图的原因吧,以真实、自然的图片呈现。但是实物给人惊喜,物超所值。

Q 有那么多电商,你为什么会选择特品汇上购物送给爸爸呢?

A 特品汇是友谊阿波罗商业旗下的,作为湖南百货零售业老大,品质和品牌是可以让消费者放心的,根本就不需要担心买的东西会不会是仿品或者次品,减少了网购中的担忧。

Q 特品汇物流速度怎么样?

A 非常快。从我拍下货到收货,就两天的样子。速度惊人哦!

■相关链接

## 友阿特品汇

友阿特品汇是上市公司友阿股份旗下的正品特卖网站,也是全国首家由实体零售商打造的线上折扣网站。友阿特品汇定位于中高端正品特卖购物网站,结合友阿奥特莱斯“大品牌、小价格”的特点,联合全国其他知名品牌提供的库存特卖商品,为用户提供正品特价的优质服务。目前其主要经营品类包括:服装、鞋履箱包、婴童用品、户外运动、床品家纺等百货类商品。现有300多个品牌20000多款商品在线销售,SKU(库存量单位)超过10万。友阿特品汇开启网购实物实拍先河,提出素颜网购的概念,坚持图片不精修、PS,为顾客提供最真实的购物体验。

