

挑战降温季 肌肤穿层“保暖衣”

基础清洁保持水润

降温季在洁面产品的挑选上,要选择既能够温和清洁又不伤害肌肤的产品。进入深秋后肌肤微循环速度减慢,皮肤不像夏天一样会经常出油,所以最好能够杜绝含有皂基成分的洁面产品,尽量选择弱酸性的洗面奶,避免产品碱性太强给肌肤表层造成不必要的伤害。另外要注意不要过度清洁,减少每天清洁的次数,早晚各1次、每次不超过1分钟就已足够,过度清洁会带走原本的水分,让肌肤越洗越干。减少磨砂类产品的使用和去角质的次数可以保护肌肤表层皮脂膜,不仅能够帮你抵御寒冷更有助于角质层的正常新陈代谢。

冬天,穿上厚实衣物的你可别忘了,我们的肌肤也同样需要保暖。面部肌肤比起身体其他部位都脆弱,但却经常在寒冷的天气里毫无掩护地暴露在空气中饱受折磨。在冷空气中,皮肤的新陈代谢速度减慢,细胞调节能力减弱,加上室内外的温差大,肌肤很容易“缺氧”,泛红、发痒、脸色暗沉等都是肌肤已经生病的症状,所以脸部保暖刻不容缓。

配合按摩给肌肤加温

皮肤表面温度每上升1℃,肌肤对保养品的吸收速度就会增加10倍,因此想在降温季提高护肤品的吸收效率,就要在护肤的过程中给皮肤进行按摩加温。在涂抹面霜的时候,建议通过由下往上、由内至外的打圈按摩来提升皮肤的温度,既能促进肌肤循环排毒,又能充分打开肌肤的吸收通道,还有辅助提拉紧致功效。配合含有植物成分的按摩精油可以促进肌肤深层内部的代谢,能让面部肌肤血液循环更通畅,即使天再冷面色也能很红润。

彼得罗夫 PETER THOMAS ROTH LASER-FREE RESURFACING EYE SERUM

贝德玛赋妍保湿滋养洁肤啫喱 BIODERMA Atoderm PP Gel moussant

科颜氏高保湿霜 KIEHL'S ULTRA FACIAL CREAM

娇韵诗明眸紧致精华露 CLARINS Lift-Affine Regard

Fresh 海莓面部修复精华油 FRESH SEABERRY MOISTURIZING FACE OIL

Origins 御龄有方滋养精华油 ORIGINS Plantscription

SK-II 活肤多元修护精华霜 7 SK-II SKIN SIGNATURE

MANGO SEED THE FACE SHOP

为眼部营造温热环境

面霜要够厚够滋润

寒冷的天气对我们的肌肤伤害最大的不是紫外线和干燥,而是温差。温度的一高一低掌管着皮肤细胞膜能否正常工作。而眼周肌肤只有面部肌肤的1/3,极易因为缺失水分而出现皱纹,冷热交替也会导致眼部循环不畅从而加深黑眼圈。因此一定要给眼部肌肤穿好保温衣,选择保湿度高的眼霜能有效调节眼部肌肤温差的同时锁住水分,涂抹眼霜时将双手搓热,迅速点按在眼睛四周,再用手指按住一会儿,眼霜就能很快被吸收。

洁面只是前期工作,想要肌肤状态好作为护肤最后一道程序的面霜很重要。随着现在气温的骤降和空气相对湿度的降低,肌肤内含有的水分也会相应减少,面部肌肤很容易出现缺水干燥的现象。好的面霜就能起到对症下药的作用。在面霜的选择上应尽量避免使用添加酒精等刺激成分的产品,温和且质地较为滋润的面霜可以抵御寒冷对肌肤的伤害,也能维持面部水油平衡,帮助恢复肌肤天然的免疫机能。

(李铮)