

**“周末”去角质**

症状：皮肤粗糙，身心疲惫，有去角质需求

大多数人在夏天护肤中会格外注重清洁，油性、混合性皮肤每周1-2次使用去角质产品本来是不会有问题的。但由于夏天肌肤受到的压力本来就比较大，再加之身体上的疲惫、困乏会让身体抵抗力变差，天然屏障的抵御力也随之变弱。此时若再去角质，那无疑是在“剥皮”了，因而才有了所谓“周末去角质”的建议。

关于去角质产品，种类繁多，主要是四大类：磨砂、去死皮、泥类（撕拉型）、酸类，其他的诸如使用酵素、生化酶等成分进行温和去角质并不归进这四类之中。四类去角质产品里，以泥类相对温和，从原理上来说，它仅是“吸附”老废角质，而非“剥脱”。高岭土、火山泥、白泥等作为主要基质，品质较好的产品中还会加入保湿成分，令它敷在脸上时不会受干造成“僵硬”。但泥类产品也较容易滋生细菌，所以一定会有防腐剂成分，因此，它再“温和”也不要再在皮肤抵御力下降的时候使用，避免造成敏感。

酸类去角质产品就像一把双刃剑，用得好事半功倍。可以尝试每周一次，仅在T区使用一些含有果酸、水杨酸的去角质产品。切忌，只在出油量最高的T区使用。在去角质过后，忌用美白、控油等功效型产品。敷上透明质酸保湿面膜，或者其他功效简单的补水保湿面膜。去角质后的2天内，使用护肤品也应该以简洁为主，可以不用爽肤水，直接涂抹上保湿面霜，更具滋养效果。



牛尔茶树净肤痘痕面膜 99元/8pics



欧缇丽葡萄源亚光控油保湿乳 280元/40ml



# Skin care

## 夏末肌，综合征

太阳晒、汗水侵、冷气吹、温差大……这些“夏天元素”最终让皮肤开始脆弱，摸上去像角质堆积般粗糙，去了角质又过敏；而一会下雨一会晴的雷雨台风天气，也让皮肤又“脱皮”又“泛油”。

■文 | 李连幸 ■图 | 资料

### 日馥夜纤——成就光采清透裸肌

拥有光采清透的肌肤是每个女人的梦想，当外在的粉饰抵挡不住岁月的侵蚀，我们需要对肌肤进行由内而外的全方位呵护，白兰氏馥莓饮+纤梅饮为你唱响肌肤调理双重奏。

#### 日间调理，亮颜添神采

自由基——肌肤氧化的罪魁祸首，每个女人的美丽公敌，它破坏了皮肤里的透明质酸和弹性蛋白，导致合成胶原蛋白的细胞死亡，加速肌肤衰老。现代生活中的光污染、空气污染以及生活的不规律增加了更多的自由基，使年轻肌肤提前老化。外部护肤治标不治本，内部阻断自由基才是回归年轻肌肤的关键。白兰氏InnerShine馥莓饮精选富含原花青素OPC的巴西莓、黑加仑、蓝莓、蔓越莓、野樱莓5种天然莓果，更添加葡萄籽精华，能有效还原肌肤年轻神采！

#### 夜间真调理，美丽无负担

你是否也对肌肤出现的各种问题应接不暇？色斑、细纹、粉刺是否让你难以招架？现代生活导致的不良的饮食习惯和不规律的生活节

奏，扰乱了身体正常的新陈代谢，让我们的肌肤越变越差。想要改变肌肤状况，先从体内排毒做起！白兰氏纤梅饮采用独特PXR配方，含有优选天然西梅精华，并添加木寡糖及特选麦芽糊精（膳食纤维），三种有效成分直击体内沉积已久的压力、毒素、杂质等脏东西，有助于促进新陈代谢，让身体顺畅肌肤清透，保持青春活力。

#### 日馥夜纤，持续美丽不间断

白天一瓶馥莓饮，有效提升肌肤活力；睡前一瓶纤梅饮，深度调理肌肤。日夜的双重呵护给肌肤注活力，给生活添动力，无论何时都让你神采奕奕。白兰氏为你的美丽保驾护航，让你持续美丽不间断。



欣蔓纯美平衡祛痘印液 230元



FANCL祛斑亮白精华液 368元

#### 看天气，来控制油

症状：不控油时满脸油光，控油时两颊紧绷、偶有皮屑

立秋一过，气象意义上的夏天并没有结束，只是进入尾声了。本地随之而来的是不间断的台风、雷雨天气，潮湿闷热的环境和室内空调房的干燥形成反差，让原本会自我调节的皮肤“看不懂”了。

根据皮肤学常识，当角质层含水量过低时（低于10%），皮肤会变得干燥、粗糙，出现细纹；而当角质层含水量过高（高于20%）时，皮肤的渗透性会增加，比较容易受有害物质侵袭。因此，油皮怎样控油，干皮怎样保湿倒是成了一道难解的题。

但凡连续几天下雨的，油性皮肤就要注重控油，而混合性皮肤要记住不能单纯只用控油产品，所谓的“混合肌”其实正介于干和油中间，周围自然环境的变化会让皮肤变得异常紊乱，在该出油的时候，它也会变得干燥，有时反而会造成肌肤紧绷、干燥、过敏。像做“三明治”一样护肤，“控油爽肤水+保湿精华+控油保湿乳液”，或者“控油爽肤水+保湿乳液+控油底妆（妆前乳）”，不用一成不变，巧妙地搭配保养品才能让它们发挥更好的作用。