



美丽的愿望与生俱来,这是条无声无息的河,无休无止地从女人心头流过,带来了女人无休止的希望,也带来了女人无休止的苦恼。
——张爱玲

正如才女张爱玲所讲的,女人的一些欲望是与生俱来的。这是因为女人天生都有一颗爱美的心,不管你是不是天生丽质,后天的呵护保养是离不开的。其实护肤是需要经过长时间坚持不懈的努力才会有成果的。好比钻石的晶莹剔透是自然精华经过千万年的沉淀才能得来的,一片雪花的剔透需要经过一整年光阴的等待。对于如何追求肌肤的健康美,需要细细的端详和静静的揣摩,伴随时间的更迭,时光的积淀。

春天已经来到我们身边,迎面而来的风也不再寒冷而是带着丝丝暖意,太阳也不再吝啬笑容向我们展露出灿烂的微笑。身边爱美的女孩子按捺不住那颗爱美的心,纷纷换上靓丽的春装、裙装,向众人展示自己的青春和美丽,把街头装扮成美丽的风景线。明媚的阳光让人显得更有精神,然而同时也在侵蚀着我们脆弱的肌肤。大多数人都认为防晒是夏日里要做的事,皮肤在烈日的曝晒下容易被灼伤。然而防晒不是夏天的专利品,为了皮肤的健康和白皙,防晒从现在开始就要着手去做了,防微杜渐当然也适用在皮肤的呵护保养上。

明媚春天 别忘给肌肤打把“伞”

撰文:匡辰晨



5



3



6



4



1



2

春日的紫外线并不弱

有人觉得很奇怪,春季那么和煦的阳光也要防晒吗?美容专家给出了肯定的答案。研究表明,阳光紫外线是由长波UVA、中波UVB和短波UVC构成的,其中穿透力最强的UVA更是不论阴晴早晚,一年四季存在于你周围。它能穿透表皮袭击真皮层,令皮肤中的骨胶原和弹性蛋白受到重创,久而久之,使皮肤产生松弛、皱纹、微血管浮现等问题。

春季虽不像夏季般炎热,但紫外线照射并不弱于夏季,因为春季是全球臭氧层含量最少的季节,所以阳光中的紫外线含量仍然较高。然而一般人都忽略了春季防晒的重要性,往往使皮肤在不知不觉中受到伤害,容易患上日光性皮炎,使暴露的皮肤上出现红斑、小疹子,奇痒难忍。

日常防晒宜涂水状防晒品

很多女孩喜欢在春日进行日光浴,那时候的阳光和煦而温暖,让人有种幸福的感觉。不过,要注意的是在进行日光浴前半小时,应涂抹最适合自己的防晒用品。

自驾车外出郊游的女士们,则应注意面部、背部和手部的防晒保护。可别小看了路上的几个小时,黑色素就是这样沉淀起来的。有些女孩觉得去公园之类的地方,到处都是树阴可以遮挡阳光,没必要涂防晒霜。其实,阴凉底下也可能晒黑,你可不能高估遮阳伞或树阴的防晒功用。即使在一般的多云天气里,也有可能被晒黑。

其实,春季最好能选用乳液状或水状的防

晒品,能在提高皮肤对紫外线的耐受力之余补充皮肤水分、滋润肌肤。为取得更好的防晒效果,出门前半个小时最好将防晒乳液涂抹在皮肤的各部位。除了防晒乳液,还可以试试隔离霜。因为隔离霜不但能隔离紫外线,还能隔离彩妆、脏空气。有的隔离霜还具有SPF值,一般选择SPF8左右的即可。美容达人们还在等什么?做好防护,随时展露白皙通透的健康肌肤。这个春夏,跟黑SAY NO。

修复时应先镇静后美白

如果非常不幸,你恰好属于黑色素合成较快的人,尽管做了很多防晒工作,但还是事与愿违,那就只好退而求其次,做好日晒后的保养和恢复吧。

建议你最好选用具有镇静、抗炎功效的保养品呵护日晒后的肌肤。晒伤的肌肤是非常敏感脆弱的,最好以清水来清洁,避免用香皂和化妆品,并不时洗冷水浴或用湿毛巾来镇静燥热的肌肤,待晒伤稍有改善的第二天起,可选用富含天然镇静舒缓成分的清洁和保养品来补充水分、油分,防止肌肤干燥而老化,产生皱纹。

等到晒伤的情况较为好转,应使用高效美白修复的精华液,帮助受伤的肌肤尽快恢复健康。这类保养品对皮肤细胞具有促进新陈代谢、活化、再生及清除自由基离子的作用。

晒黑的肌肤想要尽快恢复晒前白皙、柔润,美白保养品的帮忙更是少不了,而且最好就在晒后立即用面膜做深层调理,再配合美白产品保养,更能达到强化新陈代谢机能、促进多余的黑色素迅速排出的效果。

防晒美白贴心 Tips

想和大自然亲密接触吗?

1. 注重清洁。无论如何,清洁是护理肌肤的第一步,毛孔没有阻塞,养分才能更好的吸收。
2. 补水。肌肤需要水润,补水后的肌肤,吸收能力才能增强,抵御防晒能力也才能变得更强。
3. 精华修复。对自己的皮肤做一个鉴定测试,针对性地使用保湿和美白精华和乳液,做好基础护肤和保湿。
4. 防晒。很多人不知道出门前多少分钟内涂抹防晒霜最佳,答案是15分钟前涂抹专业的防晒霜,尽量避免在紫外线最强的10:00-15:00的时间段出门。
5. 等天气再热一些,阳光再刺眼一些的时候,就可以适量配备太阳帽、太阳眼镜和防紫外线的伞出门了。

- | | | |
|---|-----------------------------|------------|
| 1 | FANCL防晒隔离露30号 | 238元/60ml |
| 2 | 碧欧泉全新强效防晒霜UV Defense SPF50 | 350元/30ml |
| 3 | BOBBI BROWN舒盈平衡粉底露SPF15 PA+ | 480元/30ml |
| 4 | 倩碧晶采嫩白防晒隔离霜SPF30+/PA+++ | 395元/30ml |
| 5 | Sisley希思黎全日呵护精华乳 | 2500元/50ml |
| 6 | VICHY薇姿水盈清爽防晒露SPF30/PA+++ | 208元/40ml |