

**秋日** 气温已经转凉,你的肌肤告别了汗液、油脂的困扰,刚想松一口气,但日光依旧十分充足,昼夜温差的变化给肌肤带来了不小的挑战,怎样让皮肤恢复元气呢?快来做个有氧护肤,一扫疲劳吧!

## 秋日元气护肤 你准备好了吗

### 秋日元气护肤 STEP1

#### 请继续防晒

你以为与炎日抗争了一个夏天的防晒工作可以告一段落了吗?殊不知,初秋时节的防晒也很关键,小心初秋紫外线给你的温柔一击!秋高气爽的天气越来越多,万里无云的蓝色“水晶天”固然令人心旷神怡,但这时的紫外线强度可能比夏日还要大!

在夏季艳阳下饱受考验的肌肤,如果再被秋日那长驱直入的紫外线折腾一番,你的肌肤阵亡了吗?还有一个更令人难受的消息:入秋后想白回来,比夏日更难!通常来说,细胞中黑色素的降解、角质细胞的脱落,能够减少黑色素在表皮中的含量,达到美白的效果。夏季是肌肤新陈代谢最快的季节,而由于秋日天气转凉,肌肤的新陈代谢开始变得缓慢,美白过程将变得更加艰难。所以,在秋日,请继续防晒吧。

### 秋日元气护肤 STEP2

#### 先补水,再保湿

初秋换季时节,干燥的空气和转凉的温度会让皮肤锁水能力下降,干燥的皮肤可能会变得粗糙、紧绷、暗沉。补水和保湿,是两个不同的过程。先补水,补充肌肤表层的水分,再保湿,留住水分,达到深层滋润的功效。

清洁皮肤之后,不要急于使用功效齐全的厚重护肤品,此时皮肤最需要的是喝饱水。使用清爽且补水效果好的爽肤水是在为肌肤做二次清洁和深层补水。含有海藻成分、芦荟精华等天然补水成分的爽肤水是首选。

补水过程结束,就轮到保湿步骤了。精华霜和面霜能够被肌肤更好地吸收,如果配合上手部按摩,保湿效果会更好。除了日间护理肌肤,晚间也是肌肤保养的最佳时间。23点到凌晨2点是肌肤修复的黄金时间,这时保湿效果最显著的就是睡眠面膜了,在你睡着的时候,睡眠面膜的养分被肌肤快速地吸收,第二天醒来肌肤一定水润细嫩。

### 秋日元气护肤 STEP3

#### 精华不嫌多

精华是帮助改善、修复和调理肌肤的利器。它是护肤营养成分的浓缩,比护肤水和面霜能更具针对性地解决肌肤问题。因为分子量小、质地稀薄,能作用于肌肤底层,为皮肤深层地补充能量,增加细胞弹性及活力,并促进后续保养品的吸收。

每日,多达70亿的污染毒素沉积于肌肤,阻碍肌肤自我修复机制,肤色失去光泽,犹如窒息般日渐暗沉,疲劳无生气。干燥秋日,肌肤的新陈代谢开始转慢,更需要有强大的排毒能力来帮忙。使用精华让肌肤正式进入元气恢复阶段。精华液的使用可以让肌肤有效地排除毒素,缓解疲劳,提亮肤色。

#### 单品推荐

茉莉蕊臻萃活颜修复精华露  
1200元/30ml

对抗多重肌肤老化问题,打造全新肌理与肤质,有助于减退深层皱纹,提升肌肤轮廓和柔滑质感。



兰蔻根源补养晚霜 650元/50ml

在晚间净透并强韧肌肤,还可每周一次用作睡眠面膜,修复日间脱水、紫外线辐射带来的肌肤伤害,净化排毒,高度保湿。



伊丽莎白雅顿金致臻活眼霜  
650元/15ml

蕴含赋活成分,日夜深层滋养眼周肌肤,消除黑眼圈,强化眼周脆弱肌肤。让双眼更添明媚动人。



屈臣氏燕窝沁白臻颜柔肤水  
89元/150ml

浓稠莹润质地,快速补充肌肤水分,有效调理肌肤,由内而外亮白暗哑肌肤。



#### 新闻链接



近日,AUPRES欧珀莱品牌二十周年庆典暨恒久美肌焕能精华露上市发布会在北京JW万豪酒店举行。

资生堂集团全球首席执行官鱼谷雅彦先生表达了对中国市场的高度重视。欧珀莱代言人孙俪,陈坤及周冬雨登上舞台,回忆了与欧珀莱合作的难忘瞬间,分享了各自的护肤心得。欧珀莱二十周年纪念产品恒久美肌焕能精华露也同时亮相。



更多精彩资讯,请扫格调二维码,还有好礼相送哦!