

## 宅家出游各不同

# 节后各族群“危肌”实战攻略

**消费工作室**  
 负责人:王婷  
 电话:13837632729  
 E-mail:342581910@QQ.com

小长假刚过,无论你是宅家追剧,还是出游或工作,有一点不能忽略,那就是皮肤问题。不同族群在假期里可能产生各不相同的皮肤问题,快来看节后有什么办法来解决你的小“危肌”吧!



## 宅家族: 熬夜看剧 痘痘眼袋找上门

小长假只有三天,很多不想出门旅行的MM都会选择宅在家,好好休整一下连日工作的疲惫。终于能补觉追剧了!但熬夜追剧对皮肤的伤害就难以避免了。一般来说,夜晚10点到11点该睡“美容觉”的时间了,但追剧追得正火热的你怎么忍心睡觉?连续熬夜,皮肤就出现了暗黄、干燥,还有恼人的黑眼圈难以去除。眼看节后就要上班了,怎么解决这个问题呢?

### 一、节后一定要恢复早睡

小长假熬夜追剧,节后千万别在放纵自己喽!每天早点上床休息才是正经事!否则,本来就被熬夜伤害的皮肤迟迟无法得到好的休整和保养,黑眼圈就会越来越严重哦!

### 二、尽量早卸妆早洗脸早保养

既然肌肤的休整时间是晚间10点到11点,那么,尽量在这个时间段或之前做好皮肤的清洁和保养工作,这样,即使你睡得并不早,也能在一定程度上尽可能减少对皮肤的伤害,让皮肤在正确的时间段内得到应有的保养。

【肌研/Hada Labo 极润净透卸妆油】

卸妆保湿,一步到位,让保湿从卸妆开始。有效卸除各种彩妆,防水睫毛液,眼线及防晒产品;对肌肤温和,严格挑选高纯度天然橄榄油配方;双倍透明质酸,阳离子化透明质酸配方;低刺激,不含香料,矿物油,酒精及色素。

### 三、保湿功课做到位

睡眠不足容易引起水分流失,没有得到足够的休息,补水功课就显得更加重要了。做好皮肤清洁之后,要使用补水、保湿功效的、容易吸收的精华来保养皮肤,也可以给皮肤来一次补水面膜护理!当然,最后别忘记用面霜乳液来做最后步骤保养,锁住水分。

【香奈儿/CHANEL 山茶花保湿精华液】

香奈儿山茶花保湿精华液如同最透明的丝质内衣,不论肤质、年龄,或气候的因素,都能提升每位女性的肤质美感。这是美丽必要的基本保养步骤。润泽的露珠,日夜作用于细胞核心,赋予肌肤密集深层的保湿功效。

## 出游族: 享受阳光苦了皮肤 日晒斑点难去除

### 一、晒后及时补救

晒后6到8小时之内算是晒后修复的急救期,这期间可以重点做些晒后镇定的工作,涂些晒后修复露给皮肤做下紧急救助,或者来点舒缓的喷雾,都是不错的选择。当然,还可以借助一些美白产品,阻断黑色素的生成,预防晒黑哦。

【佰草集/HERBORIST 晒后修护精华凝露】

佰草集晒后修护精华凝露,蕴含仙人掌、积雪草等本草精华,清新柔和,能有效抵御阳光中的氧自由基对肌肤胶原蛋白、弹性蛋

白的损伤,并能减轻干燥泛红现象,使面部肌肤紧致柔滑,白皙润透。

### 二、大量补水很重要

晒后皮肤流失了水分,可能会感到干燥、脱屑。这时,及时给肌肤补充水分才能尽可能降低晒伤、晒黑的风险。除了日常使用的补水面膜,还可以使用不含油脂的冻膜类型补水面膜,更加散热和透气。

【悦诗风吟/Innisfree 绿茶舒缓补水面膜】

具有济洲绿茶的水分能量效果的超细纤维面膜。

## 工作族: 电脑辐射致命伤 细纹粗稿肤色黄

### 一、给皮肤做好防护膜

在使用电脑之前,别忘记给皮肤做一层防护。在做好基础护肤之后,别忘再用一层隔离。而有些彩妆类可能也会起到一定的防护作用。总之,不要让你的皮肤赤裸裸地暴露在电脑辐射前。多层保护更安心哦!

【科颜氏 焕白双效清爽隔离乳 SPF30+ PA+++】

可强效的抵御UVA、UVB,防止肌肤晒黑、晒伤及产生色斑、皱纹、松弛等光老化现象。质地清爽,不堵塞毛孔,不引发痘痘和敏感。配方极安全,不含色素,不含香料,不油腻,不易引发敏感。产品同时具有长效保湿滋润功效,让肌肤全天享有滋润感受。

### 二、清洁要彻底

无论是否化妆,即使只用了隔离或防晒也不要忘记给皮肤做一下卸妆处理。之后,再做进一步的皮肤清洁。保证皮肤干净、毛孔通透,以防色素和污

垢沉积,造成暗黄、痘痘等肌肤问题。

### 三、美白保湿保养要坚持

如果你经常使用电脑,在做好基础清洁和防护的基础上,别忘记再给皮肤多上一层保险。日常美白、保湿护理是绝对不能偷懒的哦!只有这样做,才能最大限度地防止皮肤产生干燥、细纹、暗黄等问题。

【欧缇丽/Caudalie 臻美白精华液】

作为欧缇丽首款蕴含葡萄蔓威尼菲霖的亮白精华液,其首屈一指的配方浓度可有效淡化肌肤色斑,重现亮白光泽。在为期八周的临床测试中,第四周就已出现明显的淡化色斑功效。凭借在改善肌肤光泽及提升肌肤透明度方面的非凡功效,欧缇丽臻美白精华液成为欧缇丽该系列中的明星产品。从2008年起,本产品以出众的肤色亮白效果蝉联法国护肤产品榜首。

(据新浪网)