

## ผิวใส....ทำอย่างไรกันนะ

นำเสนอเมื่อ : 18 ต.ค. 2552

มีหลายวิธีที่จะทำให้ผิวของคุณใสผิวใส.....แล้วทำอย่างไรกันนะ

### **ต่อต้านริ้วรอย**

สำหรับใบหน้าและลำคอ คุณควรใช้มาสก์บำรุงผิวหน้าที่มีส่วนผสมของเรตินอล วิตามิน สารสกัดจากไวน์แดงหรือโปรตีนจากข้าวสาลีและคอลลาเจน ที่จะช่วยบำรุงและยกกระชับผิว เพราะหากผิวเมื่อยล้าย่อมแสดงว่าผิวของคุณสูญเสียคอลลาเจน ผิวบางลงและมีอีลาสติน น้อยลง ก่อให้เกิดริ้วรอยยับย่น เมื่อผิวหน้าคุณเมื่อยล้าจึงเป็นการเตือนให้คุณหันมาเอาใจใส่ผิว

ด้วยการใช้ครีมกระชับผิว หรือมาสก์หน้ากระชับผิวสัปดาห์ละครั้ง

### **การทำความสะอาด**

สำหรับผู้ที่ผิวหน้าบอบบาง ควรมาสก์ทำความสะอาดผิวหน้าสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง ส่วนผู้ที่มีผิวผสมควรใช้ผลิตภัณฑ์มาสก์หน้าที่มีส่วนผสมของแร่ธาตุต่างๆหรือน้ำมันขิง เป็นการทำความสะอาดผิวได้ลึกถึงรูขุมขน สามารถขจัดและดูดไขมันส่วนเกินออกจากใบหน้า

### **ให้ความชุ่มชื้นกับผิว**

การมาสก์หน้าให้กระปรี้กระเปร่าและเพิ่มความชุ่มชื้นให้กับผิวหน้า ควรเป็นครีมหรือโฟมที่มีส่วนผสมของสารสกัดจากทะเล หน่อไม้ แดงกว่า น้ำมันโจโจบา จะช่วยสมานผิวที่แห้งเป็นริ้วรอยใหญ่ชุ่มชื้นและคลายตัวจากรอยย่นเล็กๆ

## ✘ กำจัดผิวดำตันและตกสะเก็ด

หากส่องกระจกแล้วเห็นใบหน้าตัวเองซีดเซียวไม่มีชีวิตชีวา แถมยังแห้งกร้านไม่น่าดู ก็แสดงว่ามีผิวดำตันตกสะเก็ดเกาะติดที่ใบหน้า ดังนั้นคุณจึงควรกำจัดผิวดำตันเหล่านี้ ด้วยการไชลเจลมาสก์หน้า ซึ่งเป็นฟิล์มใส ทิ้งไว้ 15 - 20 นาที แล้วจึงค่อยๆลอกออกจากกลางขึ้นบน

## ✘ การดูแลบำรุงผิวหน้าสม่ำเสมอ

ผิวหน้าของคนเราต้องการการเอาใจใส่เป็นพิเศษ คุณจึงควรดูแลผิวหน้าคุณสม่ำเสมอ เช่น หากผิวแห้งก็ใช้ครีมมาสก์ที่ให้ความชุ่มชื้น หรือผลิตภัณฑ์มาสก์หน้าอื่นๆที่เหมาะสมกับผิวของคุณ เพื่อให้ผิวหน้าผ่อนคลาย เต็มพลังงานให้กับผิว ขจัดสารตกค้างบนผิวหน้า จะช่วยให้ผิวหน้าอ่อนเยาว์ นุ่มนวลหรือน้ำดอกกุหลาบจะทำให้ผิวหน้าเต่งตึง โคลนไฮม์คิว 10 และวิตามินอี

จะทำให้ผิวหน้าคุณเรียบเนียน ควรมาสก์หน้าสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง

ที่มา ladymodern.com/

## ✘ เผยผิวใส

ผิวอ่อนๆอย่างเช่นผิวของวัยรุ่นมักเกิดสิวย่อยและอักเสบ จึงต้องการการดูแลเป็นพิเศษ ด้วยการมาสก์หน้าสัปดาห์ละ 1 - 2 ครั้ง ด้วยผลิตภัณฑ์มาสก์หน้าที่มีส่วนผสมของดินสีเซียว

ดินโคลน พีชพรรณธรรมชาติ เช่น อะโวคาโด และสารสกัดจากสมุนไพรร หรือดินคาโอลิน จะทำให้ผิวหน้าเนียนเรียบไม่มันเยิ้ม