

晶莹女人水叮当

女人秀 SHOW

美容

金文阮熙 编著

浙江科学技术出版社



女人秀
FEMALE SHOWS

美容

职场、情场 …… 秀场种种，
女人的姿态被一一展现。

《女人秀》教女人如何做秀。

以主题式的路线，“塑身”、“美白养颜”双管齐下，详尽解读女人秀场如何制胜。

策 划：金文 阮熙

美术编辑：朱韩/张子坚/李嘉豪/瞿剑超/李青方

文字撰写：阮娟/闻艳/薛慧/李贞弟/顾翠萍/林丽英

插 图：蒋慧/罗灵灵

模 特：王嘉妮/徐婷/徐琳/安琪/季伟军/鲍源源/胡天宇/

曹懿日/刘佳美/蔡君/何佩黎/任婷婷/郑湘君/邵瑾

曹懿日/刘佳美/蔡君/何佩黎/任婷婷/郑湘君/邵瑾

江苏工业学院图书馆

藏书章
造型：李平
服装：赵萍

道 具：叶长寿

服装提供：伊美时尚“穿悦时光”B097

伊美时尚B020

“NOW”服饰

身段透出的魅惑，散发着娇艳与性感

肌肤亮出的光泽，流露着水嫩与迷人

容颜演绎的极致，蕴含着时尚与自信

晶莹女人水叮当

图书在版编目 (CIP)

美容/金文, 阮熙编著, 一杭州: 浙江科技出版社,

2004. 8

(女人秀)

ISBN 7-5341-2372-0

I. 塑… II. ①金…②阮… III. ①女性-美容-

基本知识 IV. TS974. 1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第031726号

女人秀

美 容

编 著 者: 金文 阮熙

责任编辑: 孙莓莓

封面设计: 金 晖

出 版: 浙江科学技术出版社

印 刷: 浙江省邮电印刷厂

发 行: 浙江省新华书店

开 本: 787×1092 1/16

印 张: 5

版 次: 2004年8月第1版

印 次: 2004年8月第1次

书 号: ISBN 7-5341-2372-0

定 价: 20.00

晶莹女人水叮当

女人秀 show

美容 CONTENT

★ (揭密黑皮肤抗“紫”大计全盘大公开)

黑皮肤的由来·····	2
反“黑”大战A计划·····	3
120 千万不可忽视的肌肤晒后急救·····	4
家居自助修复妙方全公开·····	5
防晒霜使用大错观·····	6

★ (养颜之非常重要、非常关键 把脸洗干净)

测试肤质，给自己的肌肤打打分·····	9
对“症”洁面·····	11
区别对待简单型洁面与卸妆型洁面·····	13
一卸到底，专为卸妆的洁肤品·····	15
Q&A 面面俱到·····	16
将黑头清除到底·····	17

★ (伊人依水计划，干妹妹的皮肤大灌水行动)

空调房让你不知不觉变成干美眉·····	20
针对不同肤质的补水方法·····	21
专为office女人设计的“充水办公茶”·····	22
保湿小招·····	23
美容生物钟·····	24
“那几天”对美白很重要的原因·····	25

★ (皮肤凹痕大填补，揭密皱纹全功略)

皱纹产生原因大披露·····	26
对抗皱纹的方法大公开·····	28
目前医学界公认能消除细纹的方法·····	29
抗皱的宝物·····	30
除皱精明屋家庭敷面·····	31
东按西摩、左推右拿，向小细纹say: Bye-bye·····	32
“天摩”五部·····	34
看“睡觉方式”养颜·····	35

★ 传统与潮流的完美结合 PLMM 去斑大法

美人无瑕新篇章·····	38
家庭简单去斑法·····	39
食补美容除黑斑·····	40

★ 绝对省钱的家庭肌肤全套护理大法

家庭“生活馆”·····	46
蒸出来的嫩面孔·····	47
盐罐头送你一个好皮肤·····	48
小蜜蜜——蜂蜜养颜新招·····	49
喜欢运动人的养颜法·····	50

★ 以内养外，漂亮肌肤吃出来

活肤最需要的维生素·····	52
常见20种水果的Vitamin C含量·····	53
红色警报 慎用维生素E·····	54
想要皮肤好，吃什么·····	55
“零食”养颜术·····	56
养颜粥谱·····	57



★ 你会不会喝牛奶

喝牛奶的六大错误观·····	60
----------------	----

★ 水之物语

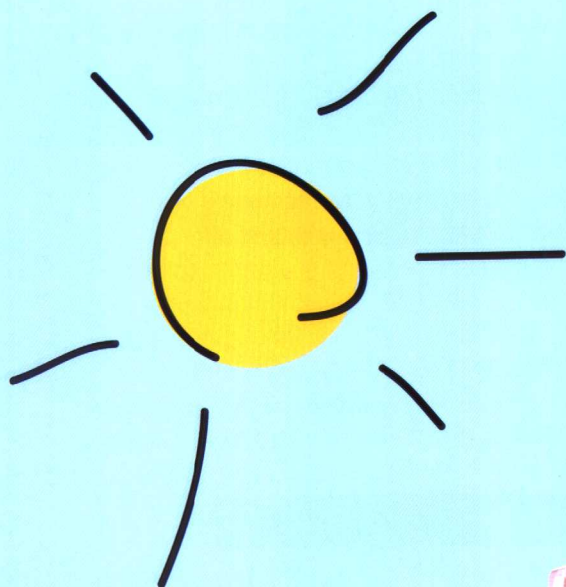
“SPA”的典故·····	62
迷恋HOME SPA, DIY·····	63
神秘而具魔力的精油·····	65
危机四伏的H ₂ O·····	66

★ 季节保养篇——皮肤所需保养重点原因大解析

春天皮肤保养重点·····	68
夏天皮肤保养重点·····	69
秋天皮肤保养重点·····	71
冬天皮肤保养重点·····	73

★ “手动”消除脸部烦恼现象

黑眼圈与浮肿眼袋·····	75
脸、颈部肌肤紧绷·····	75



为了漂亮的脸蛋，只有坚持“不遗余力”，只是遗憾往往仍然紧紧跟随。这是因为每天花上数小时来保养皮肤，保持皮肤白皙的工作只是完成了美丽肌肤作业中小小的一部分而已。究竟如何才能让肌肤达到美白诱人、明亮健康的动人效果呢？防晒才是根本之根本！

防止皮肤变黑的三部曲：防晒、美白、保湿



揭密黑皮肤

抗“紫”大计全盘大

公开



自古以来，中国人对完美肌肤所持不变的要求主要是以色泽均衡、看上去更显年轻为基准。阳光下闪烁着白皙光亮的透明肌肤，加上东方人种特有的漆黑眼珠，自古以来东方美女的标准俨然如此。所以白皙无瑕永远是东方女性最渴望的肌肤状况。

导致皮肤变黑最主要的因素是什么？

皮肤的颜色主要是由黑色素细胞制造的黑色素（Melanin，通称麦拉宁）量的多寡来决定，在麦拉宁和黑色素之间，有一个重要的桥梁——酪胺酸（Tyrosinase）。酪胺酸酶是一个情报员，当肌肤受到外在伤害（如紫外线）时，酪胺酸酶就会通知麦拉宁变成黑色素细胞来保卫肌肤。

酪胺酸是什么？

它是一种普遍存在于体内的酵素，由酪胺酸分解而成，是形成黑色素的主要活化剂，而紫外线是促使酪胺酸转化成黑色素的主要因素。

如何防止皮肤变黑？

首先要尽量减少皮肤受紫外线的伤害，这也是经常呆在办公室中皮肤不会太黑的原因之一。并且要定期去除死皮，使皮肤回复白嫩透明。建立一套完整的护肤计划，才能轻轻松松拥有美丽肌肤。

黑皮肤的由来

两大紫外线杀手

一白遮三丑，一晒黑八分，相信绝大多数的爱白妹对于“紫外线”这三个字的第一反应就是——抗。为正确对抗紫外线这一美白大公敌，让我们先来了解一下紫外线中所含有的两种伤害皮肤的射线“本性”。

	UVA	UVB
别称	生活紫外线	休闲紫外线
波长	较短	较长
具杀伤力的时间	全天都有	10:00—14:00尤为厉害
存在地点	日常生活中	海边等阳光折射率高的地方
穿透力	★★	★
对皮肤的伤害程度	★	★★
选用防晒品的SPF值	SPF152—2	SPF304—0

反“黑”大战计划

Don't Shopping

窗外风和日丽，阳光明媚。哇！大好生活莫过于逛街、购物。当心啦！有没有做好日晒防护工作啊！小心白白嫩嫩的小美女变成黑黑瘦瘦的小黑妹。实在忍不住要出去的话，太阳伞、太阳镜、长袖衫、长裤，一件也不能少（尽量做到吧！）。注意：10:00 ~ 14:00尽量不要出门，此段时间UVB很张狂，小心粗糙的皮肤和难以修复的皱纹、色斑（逛街不一定非要选这个时候嘛！）。



喜欢户外运动的MM注意

经常进行户外运动的人一定要终年使用防晒霜。对那些崇尚运动健康的美眉来说，虽然皮肤的黝黑意味着健康，但如果一点都不注意保护，皮肤被晒伤可就糟糕透喽！一般来说，一些简单的防护措施，例如带好防晒品，每隔2~3小时擦1次（水中也一样），可以很好地帮助肌肤不被晒坏。另外千万不要做多多的日光浴或曝晒活动哦！因为这样的话后果将不堪设想：皮肤过早老化，出现皱纹、色斑，任何肌肤修护程序也只能Say: I'm sorry了。



旅游防晒不可忽视

旅游防晒也是防晒工作的重点之重点，外出旅游者没有任何防晒措施而暴露在烈日之下，在你被周围的漂亮“图画”深深吸引而无暇顾及自己的皮肤时，你的皮肤正一点一点上演着“红与黑”的悲剧。出门在外，很多防晒的好东西不一定能“手到擒来”，所以，事先做好准备非常重要。

买一瓶新的防晒霜带去旅游吧！

不要想着趁旅游时把隔年的防晒霜用完。因为防晒霜接触空气、阳光后，其性能、功效都会发生变化。

不要光顾着自己哦！

同去的小孩子的防晒工作一样不可怠慢！防水、抗过敏的防晒品一样都不能少。

旅游前要准备好日晒修护品。

白天被晒伤的皮肤，最好在第一时间——当天夜晚来进行修护，所以千万不要忘记带好那些具有安抚、镇定及舒缓肌肤、促进细胞再生的修护液。

尽情享受诗情画意的同时不要忘记享受来自天然水果的美味哦！

在旅行中多吃新鲜干净的水果可以防止皮肤干燥、发肿。当然，维生素片也可以。



SPF 英文 SUN PROTECTION FACTOR，即太阳保护因子。
15分钟是一般人无任何防护措施下就会被晒黑的时间。
一般来说，SPF值×15之和，即为防晒安全时间。
即：SPF20的产品，按公式：20×15=300分钟，这个产品能防护300分钟。
注意：不是每个人，在地球的每个角落都一样哦！可能会因纬度、人、时段的不同而不同。

术语小档案

120

千万不可忽视的肌肤

晒后急救

许多人都明白：夏季护肤最关键的工作是防晒，而防晒工作最关键的一项“程序”就是出门前涂防晒霜。其实防晒并不是那么简单，通常我们所做到的是晒前的预防工作，而晒后补救工作也像晒前防护工作一样同等重要，紫外线的伤害会使皮肤产生许多问题，晒后的修护与补救则可令原本因紫外线伤害的皮肤重新焕发动人光彩。

首先，日晒过回家时，注意千万不要马上洗脸，而是要等皮肤降至正常温度后用温水洗脸；而洗面奶最好采用含有牛奶、蜂蜜等滋润保湿作用的，并且清洁过后可以在脸上涂一些含水分比较多的护肤品，涂的时候，不要忘记了在脖颈上也涂一些。如果即刻作祛斑美白的面膜，则可以暂时不涂护肤品。

晒

后

补

救

方

法

大部分品牌的晒后护理产品不但能减退脸部及身体的灼热感，而且还能降低脱皮的机会。这类产品最好在晒后数小时内使用，避免灼伤进一步恶化。

① 镇定肌肤

保湿

②



晚上洁面后，用保湿面膜敷面，让肌肤吸取足够的水分，然后用含保湿成分的润肤乳涂在面部，用手掌轻轻按压面部，促进皮肤对水分的吸收，注意最好选用水性的保湿面霜，尤其适合晒后的皮肤，能给予肌肤冰凉的触感。

惟一的急救方法是采取冰敷，不要涂任何护肤用品。如果手部和足部晒伤时，可用沾过冰水的毛巾包起冰块敷之，直到肌肤感觉舒服为止。

③ 假如皮肤疼痛不已

1

饮用矿泉水。常放一瓶矿泉水在冰箱中,随时可用,用矿泉水轻轻拍干面部。如果将其倒在用完的爽肤水或香水瓶中则更好,可以喷面。实在没有矿泉水,也可以凉开水代替,因为凉开水是活性软水。

2

清凉花露水一两滴,加入凉的洗脸水中洗脸,自然晾干。可先用温水和洗面奶。

3

冰箱中常备冰袋(可制冰于玻璃杯中),皮肤燥热不适时用来安抚。

4

从室外归来,卸妆后常用瓜片(黄瓜或西瓜皮)敷面。将含有维生素C和水分的天然水果皮敷在肌肤上,能起到改善肌肤发红现象。



5

可用芦荟进行护理,剪下一小片芦荟,撕去两边的小刺,将芦荟中的透明胶状汁液涂在发热的皮肤上,过一晚,让芦荟成分完全吸收,皮肤发红发热的现象就会消失。

6

身体、足部和颈部晒伤可在洗浴时加少许醋、花露水、藿香正气水或十滴水。清凉配方有助于肌肤的安抚和修复。

7

一年四季要使用优质的眼霜,晒后可用矿泉水滋润眼周,让其自然变干,或用冰、芦荟汁、青瓜泥等敷眼周。

8

在安全用量内长期口服维生素C,可淡化和分解已形成的黑色素,并抑制新的黑色素产生。同样,在安全用量内口服维生素E,可加速黑色素从表皮或经血液循环排出体外。

妙方全公开

家居自助修复

① 晒黑的皮肤，怎么涂也无济于事

皮肤晒黑了，说明皮肤已经受到损伤，除非小女子你想黑上加黑，不想再拥有润白健康的面容；否则，千万不要破罐子破摔，将你的面子置之不理。



② SPF值越高越好

我们前面已经说过SPF值与UV值的关联，除非你无所谓，否则还是悉听气象局的预报，根据不同的情况选用适当的防晒霜。



③ Office小姐哪需要防晒霜

别忘了偶然外出时，15分钟就可能让皮肤经历由白转红，由红转黑的过程（我们前面也提到过为什么是15分钟）。



④ 太阳伞就有UV的功能，哪用得着防晒霜

别忘了，UVB可是具折射功能的，而且，太阳伞也不会全部遮住紫外线，他们的穿透能力很强，多一层防护，就少一分晒黑的可能。





5 涂脸就好了，其他地方不管它

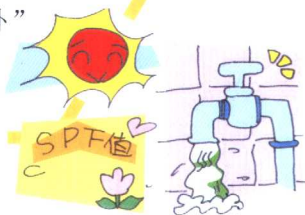
不会吧，白脸配黑手，没那么夸张吧，是皮肤可是都能被晒黑的呀！



6 忘了防晒霜的“保质期”，涂一次就OK



一般2~3小时就要涂一次，或根据当天情况与SPF值，而且要注意各种流水冲走的“保护膜”，当皮肤感觉痛时，赶快“修补”一下吧。



护 肤 防 晒 霜 使 用 六 项 提 醒

SPF值越高，防晒时间越长。日常护理、外出购物、逛街可选用SPF5~8的防晒用品，外出游玩时可选用SPF10~15的防晒用品。游泳或做日光浴时用SPF20~30的防水性防晒用品。

- * SPF值不能累加。涂两层SPF10的防晒霜只有一层SPF10的保护效果。
- * 不可临出门才涂防晒霜。防晒霜跟一般的护肤用品一样，需要一定时间才能被肌肤吸收。所以，出门前10~20分钟就应涂好防晒霜，而去海滩时在30分钟就应涂好。
- * 防晒霜不能在上妆前使用。
- * 涂上防晒霜并不表明万事大吉。通常防晒霜在皮肤上的涂抹量为每平方厘米2毫克时，才能达到应有的防晒效果。
- * 油性的肌肤宜选择渗透力较强的水性防晒用品；干性肌肤宜选择霜状的防晒用品；中性肌肤一般并无严格规定。

养颜之非常重要、非常关键

把脸洗干净

Why



拿起毛巾，打上香皂，使劲往脸上擦，擦完了再用冷水一冲。哇！这是洗脸还是刷墙？

想要自己的面子漂漂亮亮，首先要让自己的面子干干净净！长时间得不到彻底清洁的面部皮肤，由于毛孔不通畅，新陈代谢不能正常进行，很容易产生痘痘、暗疮、肥厚角质，甚至会有湿疹、化脓等皮肤病。长此以往，不但皮肤越来越糟糕，越来越老化，而且还会影响皮肤对养护品的吸收！所以，彻底卸妆、彻底洗脸、彻底清洁是养颜术的第一要诀！当然，首先必须非常了解自己的肌肤状况，要不然所有的保养工作可是都要“打折”的哦！

测试肤质，给自己的肌肤打打分

简单估计法

皮肤通常分为干性、油性和中性 / 混合性肤质。干性和油性皮肤很容易区分。那么中性 / 混合性皮肤如何定义呢？简单来说，一般面颊呈中性，额头、鼻子和下巴（通常称作T部位）呈油性的皮肤被认为是中性肤质。

要伺候好自己的皮肤，首先要认识自己的肤质。选择不适合自己皮肤的产品，轻则用后不见效，则重还会发生过敏、长痘痘等绝对让人讨厌的事情来。生活中有很多简单易行的测试自己肤质的方式，这里不妨推荐各位MM一试。

表格自测法

说明：画图作答。根据自己皮肤情况选择，哪一列圈数最多，便为何种肤质。若出现圈数相同的情况，则皮肤属偏油性的一列。

表现状况	干性	中性	油性
有无粉刺	很少	有时	经常
有无黑头	不可能	T区看得到	大问题
皱纹	眼睛、嘴角、额头都有	眼部周围	几乎没有
汗毛孔	很难看到	T区看得到	显而易见
日晒反应	容易晒脱皮	晒爆皮后变黑	容易晒黑
用香皂洗脸后	很干	T区一会儿就有油溢出	一会儿就变油了
肤色	偏浅	一般	偏深
总圈数			

要

美白

先护肤



- 1 眼尾出现了细小的皱纹。
- 2 笑的时候眼下有放射状的皱纹。
- 3 下眼圈浮肿，有眼袋了。
- 4 鼻子周围不再油油的。
- 5 鼻翼的毛孔显现。
- 6 洗完脸拍上化妆水后，水分立即被吸干。
- 7 感到只擦乳液仍不够滋润。
- 8 不知怎么回事，脸上忽然冒出了雀斑。
- 9 脸色不再红润。
- 10 常找不到合适的洗面奶，以致每次洗完脸后就觉得皮肤像涂了一层粉似的。
- 11 用无名指轻拂眼下的皮肤，有涩的感觉。
- 12 脸颊的肉横向生长，毛孔几乎看不到。
- 13 鼻翼的笑纹似乎加深了。
- 14 嘴巴周围总觉得非常干燥。
- 15 嘴角似乎有些下垂。
- 16 不喜欢化妆，对皮肤保养也不热衷。
- 17 粉底用液态或膏状的，否则不易上妆。
- 18 颈部出现皱纹了。
- 19 虽不算胖，却出现了双下巴。
- 20 将头发向后挽起，脸部轮廓显得突出。
- 21 颧骨附近的肉往下移了。



除了肤质以外，各位美眉一定想了解一下自己的肌肤是否已经“超龄”了。别担心，现在就赶紧找一面镜子，再对照上面的问题为你的肌肤打分。



统计一下以上的21个问题，和你的情况相符总共有多少，由此可以大概推知皮肤年龄。

测试结果

3项以下：肌肤年龄未满20岁。你的肌肤一年四季都处于极佳的健康状态，即使出现一些小毛病，也能迅速恢复。**建议：**因为20岁以下的肌肤角质层的滋润极为理想，故常显得透明和亮丽。只需平时以柔软化妆水补充水分，眼部和嘴巴四周以乳液轻轻按摩防止干燥就行了。

3项以上~10项以下：肌肤年龄在20~24岁之间。你的肌肤弹性还不错，且具有驱除小毛病的能力。**建议：**这个年龄阶段的肌肤虽不足为虑，但也是细心呵护、谨防干燥的时候了。你应该养成多喝水(每天8~10杯)的习惯，尽量减少甜点、油炸、腌制等食品；有针对性地进行一些食补。

10项以上~20项以下：肌肤年龄在25~29岁之间。你的肌肤弹性已明显衰退。**建议：**除了采取上述24岁之前肌肤保养方法外，还应该以乳液和营养霜加强保湿。特别要注意晚间的保养，先拍上保湿效果强的化妆水，配合使用美容乳液在眼睛四周和嘴角处轻轻按摩。此外应定期到美容院做皮肤护理。

20项以上：肌肤年龄在30岁以上。这时小皱纹已爬上你的面颊，脸色也常显灰黯，且经常干燥。**建议：**你急需使用营养霜敷脸，至于化妆水，则应选用带油性的，夜间用美容乳液或营养霜强化肌肤的弹性和湿度，去美容院护理则最好每月做一次精华素导入。当然，你还要注意饮食、锻炼，保持宽容、愉悦的心境。

污水和灰尘粘合而成的污垢

好恶心哦！不过别看这些东西比较脏，实际上清洁起来还算比较简单的呢！这是因为这些污垢中所含油分较少，一般只要进行表面清洁即可。

洁面必备：洗面奶



洁面必备：卸妆型洁面品

化妆品的残留污垢

这个可就麻烦一点咯！别看着妆时光彩照人，一到卸妆时，外加在脸上的残妆、粉屑或留而未及被皮肤吸收的保养品，与皮肤所分泌的油脂混合，所形成的油垢绝难清洗。一般来说，除了不化妆的MM只要选用合适的洁面乳清洗脸部以外，几乎所有的彩妆美女都要经历卸妆环节。就连平时只上隔离霜或是防晒乳的美眉们，也不能省略这个步骤。因为一般的洗面乳是无法清洗干净这些产品所添加的成分的。一旦洁面工作不彻底，就很有可能变成连自己都讨厌的“痘子妹”！

皮肤新陈代谢后的污垢

这一点往往会被很多MM所忽略。有的美眉认为，如果没有上过妆或是没有擦涂任何保养品，就没必要太兴师动众地洁面了。实际上这是清洁面部皮肤最根本的一步。日常生活中，我们确实能够避免来自尘埃、彩妆的污垢，但是皮肤的新陈代谢却是无论如何都避免不了的。不但如此，这类污垢相对来说存在于皮肤深处，较难清洁，所以必须深层清洁。当然，深层清洁不需要每天都做。

洁面必备：去角质品、面膜



对“症”洁面

脸上污垢三大类

你会不会洗脸？有的人可能洗了几十年的脸都没有把脸洗干净。哇——没那么恐怖吧！

这可不是危言耸听！洗脸可是大有学问在里头……

这是因为我们的面部皮肤每天都在遭受着各种或来自外界或来自人体自身原因的侵袭。虽说脸面不是毫无抵抗能力的废品，不过如果不及彻底地强加呵护，不要说拥有光彩动人的脸蛋，就是想要一张干干净净的面孔也会难上加难。

美眉们一定非常想快快了解究竟怎样的洗脸方式才能够彻底清除残留在皮肤及毛孔中的污物吧？不要着急，让我们先来了解我们脸上究竟会有哪些脏东西，这些脏东西是如何产生的，然后针对不同的原因选择不同的洁面方式，这样会起到事半功倍的效果哦！



根据科学研究,一般女性在25岁这个年龄界点时最容易出现色素沉淀现象。所以建议在25岁之前,应全力预防“不幸的事情”发生。而无需使用过多美白养护品的秋季乃是美眉们的“黄金季节”。一年一次,好好把握养护的良机哦!

25~35岁的10年间,由于生理所发生的荷尔蒙变化以及诸如紫外线伤害而产生的不可逆后果等等可怕因素的影响,惟一可以做的就是注意、注意,再注意。需多花些时间和金钱在淡化与美白肌肤的工作上(不算太晚)。

35岁以后的魅力女性,已存在各种色素斑点问题,千万不要置之不理。应选用高效、高值的产品,再搭配美白精华液使用。

使用去角质产品时的

危险

动作

危险动作1: 脸上还留有脏东西就急于使用去角质品。

后果: 脸上的脏东西与去角质品相互摩擦,从而伤害到细嫩的肌肤。

危险动作2: “使用多多、细嫩多多,”经常使用去角质品。

后果: 使角质层薄于正常水平,让皮肤失去自然抵抗力。

危险动作3: 要用一起用,眼部、唇部决不放过。

后果: 眼部、唇部的细嫩皮肤遭到损伤,细纹增多。

什么是皮肤的新陈代谢?

皮肤的基底细胞分裂新细胞,不断往上推挤,经过有棘层到角质层,形成老化的角质,然后自然脱落,这一段时间约28天。这个过程就是皮肤的新陈代谢。

什么与皮肤的新陈代谢速度有关?

皮肤老化、污染、保养工作不当,都会减慢人体皮肤的新陈代谢速度,使角质堆积在表皮。

什么是去角质层?

角质是由皮肤的基底细胞分裂新细胞,不断上挤而形成的老化、脱落物质。一般周期为1个月左右(又称新陈代谢过程)。而以人为的方式帮助清理表皮层,加速代谢表皮的枯死的细胞屑,并去除毛孔的油污及污垢的过程便称之为去角质层。如果去角质工作做得很到位,那么就能“赶走”枯死的细胞屑,并加速表皮的新陈代谢速度,使面部皮肤光滑细嫩。

去角质产品的种类有哪些?

一是去角质微粒,以物理性(颗粒碰撞)的方式摩擦掉多余的角质。

二是去角质化妆水,是以水杨酸或者果酸溶解去角质,深入表层促进皮肤自行的新陈代谢。

三是去角质面膜,因为不必按摩,所以可以减少对皮肤的刺激,适合于干性皮肤。



危险动作4: 去角质品对青春痘和暗疮一样有效。

后果: 发炎。

危险动作5: 去角质品的用法都一样,不用看说明书。

后果: 由于去角质品的化学成分不同可能伤害到皮肤。

