



片桐衣理 医生

衣理诊所(泰参道)院长、美容皮肤科&内科医生、日本内科学会、日本美容外科学会、日本抗衰老医学学会评审员。

深入清洁 为了更好地防晒

无论是使用物理防晒,还是化学防晒,都要在每晚的清洁上下足工夫才能保证第二天是以纯净健康的肌肤状态,迎接阳光的考验



舒缓洁面品推荐

左:泡沫紧密奢华,令肌肤温柔洁净,BA就晨晨光洁面膏100g/POLA 990 右:清洁同时修复环境对肌肤的伤害,臻源新肌系列洁面乳150ml/AUPRES 190元



只用洁面乳彻底卸除防晒霜

比起卸妆油,我更推荐用洁面乳卸除防晒霜,但关键是要将用量增加至平时的2-3倍,且最好使用有舒缓、强化清洁效果的修复类洁面产品。

STEP1.将洁面乳足量涂抹覆盖全脸肌肤,特别是额头、颧骨、鼻梁、下巴等易被晒伤的部位。**STEP2.**将保鲜膜裁剪两个长方形,分别贴在鼻部以上,以下的面部,并露出鼻部保持呼吸通畅,2-3分钟后揭下保鲜膜,用大量清水冲洗面部。**STEP3.**从下向上擦拭化妆水,然后再为肌肤按压上化妆水,最后涂抹乳霜,防止水分流失。

防晒霜使用疑难全解答

谁都知道防晒霜的好处,但如何达到最佳防晒效果

以及如何解决各种不贴合、不透气等使用难点,先锋的日本专家团又支好招

策划&执行/Mango 摄影/安俊睿(周周兄弟) 模特/Diara 化妆/王朋 版式设计/郭莉 特别鸣谢/リーヌ有限公司 汇率/100日元=8元人民币

防晒,防晒效果最重要

防晒效果,是防晒产品的第一要务。防晒效果的好坏,取决于防晒产品的防晒指数、防晒剂的种类和含量、防晒产品的质地、防晒产品的使用方法和频率等。

防晒指数:防晒指数越高,防晒效果越好。防晒指数的选择应根据个人的肤质、日晒时间和强度而定。

如何选择合适的防晒产品

防晒产品的选择应根据个人的肤质、日晒时间和强度而定。对于油性肌肤,应选择质地清爽、透气性好的防晒产品;对于干性肌肤,应选择质地滋润、保湿性好的防晒产品。

防晒产品的使用方法和频率也很重要。应每天使用防晒产品,即使在阴天和室内也应使用。应根据个人的日晒时间和强度,适当增加防晒产品的使用量和频率。



防晒霜用量比倍数更重要

在防晒霜的使用上,及时补涂是有效防晒的关键。所以在日常生活中,要勤补涂防晒霜,才能达到SPF15-25左右的产品所宣称的防晒作用,又可令肌肤舒适、清爽

小常识分享 防晒

防晒小知识:防晒指数越高,防晒效果越好。防晒指数的选择应根据个人的肤质、日晒时间和强度而定。

