

怎樣保養皮膚？

李璜

皮膚保養是美容的基本條件，應從少女時期開始。少女時的皮膚，膚紋細嫩，皮膚柔滑，但是最容易發生脂性與面皰。

脂性就是面部皮膚經常覺得油膩膩的；面皰就是在皮膚上生出許多的膿疱，也就是俗稱爲暗瘡的皮膚病。

預防脂性皮膚的發生，應注意到皮膚的清潔，就是已經是脂性的皮膚，也可以漸漸減少油脂的。化妝前最好是用清潔霜，如用香皂洗，必須選用鹼性少的上等香皂。洗臉後，一定要擦化粧水，使毛孔可以收縮，也能抑止油脂。

脂性皮膚的人最容易生面皰，我們如能經常保持皮膚清潔，也是預防面皰的一種方法。同時，我們還要注意身體內的機能，因爲發生面皰的原因很多，如內分泌腺障礙、細菌感染、食物過敏、腸胃障礙（包括便秘）、精神作用、遺傳關係等等，都要注意。

女人過了二十四五歲時，皮膚便開始老化。照美容學上來說，女人過了三十歲，便算是進入了中年時期，更須要保養皮膚。由於皮脂分泌減少，皮膚便容易乾燥，也就容易粗糙了。皮膚乾燥，就會鬆弛，容易出現皺紋，也會發生各種斑點。

中年女人的皮膚保養，最基本的原則，就是生活要有規律，睡眠充足



，有適當的運動，注意營養與消化，保持大便暢通。這樣皮膚就不易失去表面的滋潤。同時，在美容上再注意下面幾點：

(一) 不要用劣質香皂洗面。

(二) 除了脂性皮膚外，不要用強力性的化粧水。

(三) 化粧時，不可用乾粉直接拍在皮膚上。必須先用粉底打底，然後再搽乾粉，可減少乾粉對皮膚的影響。

(四) 晚間睡眠時，清潔皮膚後，可酌量搽營養面霜。

如果有少許皺紋出現的話，每晚可用蛋白塗面，塗面後再搽用含有「荷爾蒙」的營養面霜。

有許多三十歲以上的女人，臉上會繼續出現許多斑點，防止之法，可用檸檬果汁塗面，每週一次。

婦女過了四十五歲以後，皮膚便進入衰老期，如能保養得法可防止繼續衰老下去。同時看起來也會覺得年青幾歲。最好是從年青時就開始注意保養皮膚，預防皮膚衰老的效果更大。

在更年期症狀出現以後，有的皮膚會發紅，在這個時期的保養皮膚方法，仍要繼續使用含有高度營養成份的面霜，或高單位荷爾蒙面霜等，可能見效。

在注意美容的同時，我們應該知道，皮膚是身體的一部份，只要保持身體健康精神飽滿，年紀大了，皮膚上出現一些皺紋，那也是正常的現象，對你的儀態沒有什麼大影響的。

主要產品

- | | | | | |
|------|------|------|------|------|
| 磷酸銹 | 硝酸銹鈣 | 過磷酸鈣 | 硫酸銹 | 尿酸素 |
| 蔬菜肥料 | 花卉肥料 | 瓜果肥料 | 甘蔗肥料 | 香蕉肥料 |

次要產品

- | | | | | |
|----|----|-----|-----|----|
| 液氮 | 液氨 | 電極 | 電極 | 電極 |
| 氣磷 | 氣氮 | 糊石 | 極乙炔 | 石氫 |
| 磷 | 粉石 | 塊石灰 | 石炔 | 石氫 |
| 酸 | 灰 | 灰 | 黑 | 氣 |

歡迎採用
成份保證



農友牌

臺灣肥料股份有限公司出品

業務接洽處：台北市和平東路三段九十八巷
二弄十一號本公司業務處
(承銷商名單備索)

電話：七一一七一、七一一一七〇
電報掛號：五二四一台北