

夏季皮膚的保養品

化粧品及保養品經常是跟隨著季節變化的脚步推陳出新，如今關稅降低，各家廠商互相競爭，大打折扣，而各種廠牌的保養品紛紛出籠，種類之多令人眼花撩亂，不知買什麼好？也不知道該不該買？

認清保養品

儘管各廠牌的化粧品專櫃上所陳售的保養品琳瑯滿目？化粧水、乳液、面霜、晚霜、清潔霜等等，但見名稱不同、型態不一，卻可概分為親水性與親油性兩種。

親水性是將少量的油溶解於大量的水內，如化粧水，親油性即是將少量的水溶解於大量的油中，例如面霜。雖然，保養品可清楚的劃分為兩大類，但是事實上，這些保養品所含的成份除了含水量不同，添加的香料、染料不同之外，其他並無不同。

不過，讀者不必為這項事實感到訝異，只要認清皮膚的機能及保養品的使用原則，即使所有的保養品只是含水量的多寡而已，也能發揮保護皮膚的功能。

一般人都了解皮膚可分為油性、乾性及混合性，若皮膚表面的水分少於百分之十以下就是乾性，而理想的皮膚是含水分達百分之二十五到三十五之間。

決定皮膚的油、乾取決於皮膚分泌油脂的多寡，這層天然油脂膜具有多重功能。包括：可以中和塗在皮膚上含鹼性的物質，使其酸鹼度與皮膚酸鹼度相近的程度，其次可

幫助含油脂的物質滲透進入皮膚而被吸收。

還可以自由調整臉上的油脂和水分的比例，當油脂太多時會分泌水來將它乳化。此外，可以預防化學物質、細菌的入侵，不會產生刺激或發炎的現象。

夏季的保養

保養品的作用即在增強或彌補這層油脂膜的作用。但這層油脂膜會隨著時間和季節而有所變動，則保養品也應隨做調整。

例如夏天，皮膚油脂會隨著體溫的上升而增加分泌，此時就不適合擦含油質太多的產品，否則容易感到油膩而不舒服，所以，在白天或夏天化粧師都奉勸顧客用比較清爽的產品。

相反的，在晚間及冬天則需要補充多油脂的產品，以防止皮膚表面水分過度擴散，形成乾燥。

雖然，保養品具有上述功能，但並非必需品。尤其是油性皮膚，即使是專門針對油性皮膚設計的保養品，只是酒精含量較高，可以將臉上的油脂中的水分蒸發，給人舒適不油膩的感覺，但這種效果只是短暫的，大約半小時，還是恢復臉上油脂分泌，與不用保養品前的狀況一樣。

保養品反而對乾性的皮膚效果較好，因為乾性皮膚油脂分泌較少，而且缺乏油脂的皮膚較易長皺紋，使用適當的保養品可以補充臉上的油脂及水分，不使有緊繃、乾澀的

／陳碧霞

過端午收冬衣

民俗習慣

「過端午，收冬衣」是我國流傳久遠的一句俗諺。

俗諺另有「未食端午粽，破裘不可送」之說，這也是端午前後，氣象分野上的一個鮮活描述。

清洗衣物

衣物分成穿過和未穿過的兩種。穿過的衣物，可將破損處補好，取下配件，依顏色深淺、布料厚薄來分類；然後再配合洗劑標示份量、水量溫度、浸泡時間洗滌，可收事半功倍之效。

質料佳或自己處理不來的衣物，如有裡襯、墊肩的厚重大衣、皮製品、西裝、棉襖、開司米毛衣類，純毛毛衣等，可交由乾洗店洗，較為安全。

收藏衣物

經過適當的洗滌、漂白、曝曬、熨燙手續後，接下來就是如何收藏衣物了。

由於本省氣候濕度高，存放衣物時要把握乾燥、通風和防蟲的原則。對於一般人為了節省空間，將衣物過量懸掛或堆積一起，這種處理方式，會造成衣物難以消滅的摺痕以及發霉的現象。

在存放方式上，絲絨、棉織類衣物應採懸掛式，線團組成的針織布料可採折疊平放式。待衣物都妥當存放好後，最好再做分類細目卡，以供將來方便取用。



夏季化粧以清淡較適宜(阿丰攝)

感覺。

值得提醒婦女注意的是，清潔霜是設計來清洗化粧品用的，不能光用清潔霜來洗臉，而必須在以清潔霜清除化粧品之後，再用肥皂洗淨。如屬乾性皮膚則再以保養品來補充一些水分和油脂即可。

曝曬不過度

總之，保養品並非必要，其種類的不同也不代表效果不同，消費者不可盡信宣傳廣告，尤其是油性皮膚或青少年，根本不需使用。

而使用者，除要選擇適當的產品外，在使用後千萬不要在太陽下過度曝曬或流汗太多，否則會引起皮膚酸鹼的改變導致皮膚病變，皮膚保持清潔是為基本。