

冬天皮膚的保養

／馬瑛

每天仔細化粧的人，想必也會精心卸粧的；不過，每天早晚都必須花費時間在這方面，久而久之，難免會稍微偷工減料，心想反正已洗過臉就成了。却不知，洗臉和卸粧對肌膚的保養，是重要步驟之一。

經常有變質的皮脂膜、汗水、變硬的角質、細菌、灰塵等附著在皮膚上面；如果將這些污垢殘留在肌膚上，而置之不理的話，會阻礙肌膚內的皮脂和汗液的分泌，而且，會使皮膚的活動遲鈍，而提早老化。細菌一旦繁殖，會給肌膚許多麻煩。

最近，有許多女性因使用不適合自己的化粧品，或使用方法錯誤，引發皮膚炎等疾病而就醫。其實，皮膚本身具有自淨作用，有保持肌膚健康的能力；如果此能力喪失，而且又誤用化粧品的話，將會有許多麻煩發生。

關於臉部的化粧與保養，下列有些常見的問題，與

注意事項，供各位參考：

問：我平常一向都是淡粧，而且也不太補粧，到了晚上也都很切實地洗臉。還有必要多一道卸粧手續嗎？

答：經過一段時間之後，肌膚所分泌出的皮脂和汗水會和化粧品溶合，表面上看來，好像粧已脫落，其實並沒有完全脫落。

雖然是淡粧，但若只用洗面皂洗臉的話，化粧品的油污仍然還會殘留在肌膚上，容易生長褐斑或皺紋。所以，應該先徹底去除化粧品，再用洗面皂洗除皮脂和汗水之污垢，每天養成這種雙重的洗臉習慣。

問：夏天和冬天用的粉底粧不一樣，但是在清潔卸粧上却相同，有沒有關係？

答：粉底粧不一樣，卸粧之方法當然也就不同；應該改變清潔用品，才能減輕肌膚之負擔。

油份多的粉底粧，應該使用同樣油份多的清潔用品來卸粧；而粉狀之粉底粧，

則適合使用化粧水之類的清潔液來卸粧。

問：如何正確地卸粧呢？

答：卸粧的原則是，由污垢最多的地方開始著手。首先由眼影、口紅開始，然後，是整個臉部的卸粧。所使用之清潔乳霜，一次之使用量大約為一個櫻桃大，濃粧的部位，乳霜量則多一些。若乳霜量太少的話，會因不夠滑，而不易使粧脫落。

用乳霜在臉上輕輕揉搓按摩，按摩至乳霜之白顏色附著上化粧品之顏色即可。若一直持久按摩的話，反而會使污垢過份摩擦肌膚，而使肌膚受到傷害。

然後再用化粧紙擦拭掉清潔乳霜，首先，將化粧紙覆蓋在臉上，用手指輕輕地壓，吸取含有污垢的乳霜；然後，再將化粧紙摺捲在手指上，拭去眼下、鼻翼等細小部位之乳霜；之後，再徹底地洗臉，清除乳霜。

正確的清潔順序

1.將清潔乳霜抹在臉上五個部位，使之容易抹勻整個臉部。

2.在卸除臉部粧之前，先卸除眼睛和嘴唇部位的粧。將乳霜輕抹在眼睛和嘴唇上，再用手指做旋轉式按摩，然後，再擦拭掉乳霜。

3.輕壓臉部擠出污垢，使之與乳霜溶合在一起。

4.將化粧紙覆蓋在抹有乳霜之臉部，輕輕壓取含有油污之乳霜。

5.將化粧紙捲在手指上，擦拭細微的部位。

問：卸除口紅的方法不正確的話，是否會造成嘴唇乾裂？

答：嘴唇和皮膚不一樣，不會分泌皮脂和汗液；所以，若處理不當的話，嘴唇會出現裂痕，而且會使嘴唇上之紋路受到影響。

在卸除臉上的粧之前，先用清潔乳霜在嘴唇上輕輕按摩，然後，再用化粧紙拭去乳霜。此外，在塗上口紅之前，先塗上護唇膏，在卸除時較方便。

問：現在似乎正流行油性清潔乳霜，但是，我是屬於油性肌膚，那不是更油膩嗎？

答：根本就不必擔心，油性肌膚的人正適合使用這種油性乳霜，如此油性的化粧品才容易與乳霜溶合在一

起，而且乳霜也較易深入毛細孔內，以清除毛細孔內的污垢。每天化粧且常濃粧的人，最好使用油性清潔霜來卸粧。

問：藍色眼影不易卸除，該如何做才正確呢？

答：最近，市面上有一種去除眼影的去膜劑，不但安全且切實。不過，用普通的清潔乳霜，小心的卸除，應該也可以卸除得很乾淨。眼部的卸粧方法如下：

1.眼睛四周的肌膚較敏感，不能強硬搓揉。首先將乳霜輕輕塗抹在眼臉上。

2.用化粧紙夾住睫毛，輕輕縱拉睫毛，以卸除睫毛膏。

3.眼角和眼尾部份，可利用棉花棒來回滾搓。

問：隨著季節和身體狀況之改變，我的肌膚時常有所變化，時而平滑、時而乾燥，這是什麼原因呢？

答：的確，夏天和冬天的肌膚狀態完全不一樣。而且，生理前後的肌膚也會改變，睡眠、飲食內容、精神上之緊張、冷暖氣之設備等等，也會影響到肌膚狀態。所以，很難判斷出自己的肌膚到底屬何種性質。

判斷的方法是，用洗面皂洗臉，約三十分鐘都不抹擦任何保養品，再以三十分鐘之後的臉頰部份之狀態，

來判斷自己的肌膚。

剛開始每個人都會有刺痛的感覺，不過，有潮濕感覺者，屬中性肌膚；一直有刺痛感者，為乾燥性肌膚；在不知不覺之間，冒出油脂的人，為油性肌膚。

不過，除了皮脂的分泌外，在肌膚中還有影響肌質，具有保持濕潤的功能，而在肌膚表面又有保持濕潤的皮脂膜；如果這種平衡不被破壞的話，就會有一副美麗平滑的肌膚。

問：最近，市面上出現許多種類的洗臉用品，到底有何不同呢？如何選擇呢？

答：洗臉用品的形狀雖然千變萬化，但是，其基本成份應該都是一樣的。而其洗淨力和保濕成份，則依各廠商而有所不同。妳可以依其用途和自己的使用性來選購。

不過，硬形和乳霜類型的洗臉用品，應該使其起泡沫之後，再行洗臉，千萬不可直接在臉上揉搓。

問：聽說最好不要使用洗臉刷來洗臉，為什麼呢？

答：用洗臉刷洗臉會帶給肌膚很大的負擔。首先，是太過於刺激；若肌膚有細小的傷口的話，洗臉刷會使傷口更加擴大；其次，容易造成不潔狀態，洗臉刷如果長久放置在潮濕的浴室中，

容易滋生細菌。

洗臉最佳的道具就是手，用手慢慢的洗臉，最具效果。

問：早上洗臉也應該用洗面皂嗎？

答：大部份的人大都是早晚各洗一次臉，但是，有半數的人，在早上洗臉時只用清水洗臉。如果屬乾性肌膚的人，或許只可用清水洗

臉；不過，在晚上睡覺時，仍然會分泌皮脂和汗液，也會沾附灰塵，所以，最好還是用洗面皂徹底洗淨再上粧。

問：從秋天到冬天這個季節，是否也應該更改洗臉方法？

答：有很多人在夏天用冷水、冬天則用溫水洗臉，其實這是不正確的。夏天應

該用溫水，才能洗去分泌過多的皮脂，而冬天應用冷水洗臉，將肌膚的皮脂殘留少許在肌膚上。

此外，若為乾性肌膚者，冬天應該使用含有油份和保濕劑的洗面皂；因為在冬天時，肌膚的新陳代謝也易低下，所以隨時使其保持濕潤狀態。



工商服務

晉國

致力本省農業與石化塑膠產品開發十年的運欣企業股份有限公司，在林建維先生之領導經營下業績年年顯著進步，因應業務所需乃從台中市青島路舊址搬遷至昌平路2段18號佔地400坪的新址，並已於81年9月20日正式對外運作，同時也將公司更改為晉國企業股份有限公司，期盼舊雨新知再予支持。

9月20日開幕日當天並舉辦雞尾酒會，會中除邀請地方首長蒞臨指導外，該公司所屬15家經銷商均應邀列席，使大會熱鬧不少。大會中並展示公司各項產品，包括：

1.種子類：花壇盆鉢、草皮、牧草、蔬菜。

2.苗栽類：火鶴花、康乃馨、觀葉植物、球根花卉。

3.器材類：發泡煉石、泥炭土、插花海綿、育苗岩棉。

4.藥劑肥料類：佳寶液肥、瓦克殺草劑、萬年青植體生長抑制劑。

5.塑膠類：寶力滿玻璃器皿、維地潤陶瓷盆鉢調節劑。

杜邦

「關懷環境、關心地球」是台灣杜邦股份有限公司多年來致力環保的承諾。此項允諾與行動可從「美化、綠化龍潭工廠」彰顯開來，以藉此做到拋磚引玉並帶動業界共同參

與。

龍潭廠公園化之推行，於81年5月及10月分為兩個階段，在廠內栽種兼具美觀及實用的植物，如：果樹、槭樹、椰樹等。該公司農業部謝繼瑞先生表示廠區的美化、綠化將會使員工在愉快的工作環境中努力以赴，並提升對公司之向心力，進而建立起企業形象且帶動鄰近社區、住家共同參與，故深具潛移默化之效。謝先生更強調該廠並對產品之生產、運送、廢置等過程作定期之檢討、改進，以達到公司安全且嚴格之標準。就從廢水過濾消毒措施，再利用作養殖錦鯉之測試結果無害後，便能發現公司對此工作所下之苦心。（林嵩展）