

用美白手段去“防晒”

随着美白季到来,大家都对各种美白新品虎视眈眈,然而却极易忽视正在跟着往上蹿升的紫外线穿透力,以及冬季漠视防晒在脸上留下的点点晒斑。现在请走到镜子前,仔细研究你的颧骨以及鼻梁,看看是否有淡褐色的小斑点,如果你平时很少受到斑点问题的困扰,那么这多半就是晒斑了。在有晒斑的前提下,如果保养不当,会在夏季到来的时候造成旧斑加深、新斑不断浮现的困扰。不想面对这般恐怖情形,就一定要在春季开始防晒、并用美白手段清理遗留晒斑。

(指导专家:康荣/DIOR资深培训师,Echo/SIS-LEY北区高级培训师)

本版采写/本报记者 陈晓

防晒 要先严防UVA

春季防晒与别的季节不同之处在于,此时的重点防御对象为紫外线中的UVA(紫外线中波长320~420nm的波段,能够穿透衣服、表皮直达皮肤的真皮层,直接破坏皮肤深层的弹性纤维和胶原蛋白纤维,不仅使皮肤变黑,还会促使肌肤老化。防晒产品包装上的PA值即抵御UVA的能力。)在春季,由于气温逐渐上升,光照加强,紫外线的穿透力也在以非常大的加速度迅速上升,强度要远远超过夏季。因此,春季阳光中的UVA含量极其高。又因其难以被臭氧层和云层吸收,会大量抵达我们的肌肤,造成变黑、老化等肌肤问题,也就是我们常说的“晒伤”。

所以,在春季挑选防晒用品,除了要顾及抵御UVB(紫外线中波长275~320nm的波段,穿透力较UVA弱,作用于皮肤表层,将皮肤晒红,造成黑。色素累积、皮肤干燥。防晒产品包装上的SPF值即抵御UVB的能力。)的SPF值的大小,还要注意产品包装上是否有标注针对UVA的PA值,以及是否有按照欧盟标准统一认证的防UVA标志(即“UVA”字母周围带有一个大圈)。一般说来,3到5月份可以选用SPF30到35之间、PA值两个+号的产品。不建议使用没有PA值标注的产品。

美白 清理上一季的晒斑

很多人在冬天不注意防晒,所以此时若仔细关注一下自己的脸,会发现在颧骨、鼻梁处有淡色的斑点积累,这多半就是受UVB影响形成的晒斑(皮肤经过紫外线的长时间、一定强度的照射之后,皮肤表面会出现发红、发热、发痒的反应,这就意味着真皮层里有了炎症,此时皮肤会启动自我保护程序,黑色素会立即出动来消除炎症。而在炎症消除的过程中,黑色素也在皮肤表面渐渐堆积,堆积不均的部分便形成晒斑,由于颧骨、鼻梁处于面部立体的最高部位,也是面部皮肤最薄的位置,更加容易产生晒斑。)这时候非常有必要在夏季大面积紫外线到来之前清理上一季留下的“余孽”。在众多斑点中,由于晒斑是在皮肤的相对表面形成的,因此最有望修复。

首先是要做密集的美白、淡斑护理,每天早晚洁面以及涂抹化妆水后,在晒斑形成部位涂抹美化淡斑精华,之后再辅以乳液、面霜。因为精华分子小,大多呈液体状,自身锁水能力差、稳定性差,必须借助面霜和乳液将其“锁”在皮肤上才能使之更好地发挥功效。

其次,由于晒斑也会造成肌肤老化,因此对于年纪稍大、皮肤状况不太好的人,也可以将抗老精华与淡斑美白精华叠加使用,抗老精华对新陈代谢的促进也能起到很好的淡斑效果。使用顺序上,一般来说分子小的抗老精华应先用,但由于此时目标侧重于“淡斑”,我们便可以反其道,先使用美白淡斑精华。

最后,一些晒斑形成已久,难以根除,急于美白的朋友倾向于用医学美容手法去除晒斑,这一点并不建议。因为人是活体,用激光等手法去除了一时的晒斑,它还是会再长出来,而且医学手段使用过多会破坏皮肤的屏障功能,使皮肤更加脆弱,难以抵御环境伤害。

GATINEAU 积姬
仙女亮白防晒乳液
50ml/628元



AQUALABEL 水之
印晶澄美白倍护防晒乳
(SPF30+·PA+++) 30ml/
110元



CLARINS 娇韵
诗清透美白防晒乳
(SPF30+·PA+++)
30ml/420元



Dior 迪奥雪晶灵
焕白亮采清透防晒膏
(SPF50 · PA +++)
13g/560元



Veld's Pure Pulp
苇芝润颜芦荟精华啫
喱 30ml/680元



Neutrogena 露
得清活采皙白精华
素 30g/319元



Chanel 香奈儿
全新美白修护精华
露 30ml/1000元



SISLEY 希思黎
美白亮彩精华液
6ml × 8支/2050元



POLA BA 赋颜晨
光美容霜 30g/3290元



超模何穗以超白皙的肤色火速上位。

防晒+美白缺一不可

不少人出于懒惰心理,认为防晒、美白二者拣其一即可,不喜欢在脸上层层地涂抹。

虽然目前不少美白产品都有一定的防晒、隔离功效,但毕竟不是专业产品,无法给皮肤提供足够的防护。与此同时,不少防晒产品也含有保湿、补水功效,但是滋润度难以保证。尤其北京春季干燥多风,就更应当拾起耐心,一层一层地照规矩往脸上抹。

另外,在防晒和美白的匹配方面,较年轻、健康的肌肤可以按照“补水+美白+防晒”的公式,而多细纹、老化肌肤适用于“抗老+美白+防晒”。

食物方面,桑葚、薏仁、薏米、柠檬、黄芪都是十分适合春季的安全美白成分,也能够春季的干燥、大风环境下补充防晒产品所缺失的保湿、补水功效。更值得注意的是,国际公认的美白成分“精纯左旋维C”,由于本身十分“娇气”,抗光、抗热、抗潮能力低下,极易被氧化,因此最好在夜间使用,并且在涂抹之后必须加一层面霜或者乳液,才能保持其功能的正常发挥。