

weiweixia / November 15, 2012 03:41PM

[牛奶養出白裏透紅好肌膚](#)

牛奶有不錯的美容功效，搭配其他材質可以有不同的護膚作用，真是天然健康的美容佳品，喝不完的牛奶也不怕浪費了，拿來護膚，一舉兩得哦，現在教你怎樣用牛奶護膚，養出白裏透紅好肌膚。

[\[url=http://tablospy.reisebloggo.de/\]](http://tablospy.reisebloggo.de/)[You and I](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)

[\[url=http://tablott.reisebloggo.de/\]](http://tablott.reisebloggo.de/)[day ba day](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)

1、食鹽+牛奶 去皮屑

牛奶加上鹽可以改善你粗糙的肌膚，并有效去掉困擾你的皮屑，使肌膚光嫩細滑。取適量食鹽放入杯內融化，然後倒入已經放好溫熱水的浴缸裏，再加入4杯等量的脫脂奶粉。二然後躺在裏面，浸泡20分鐘之後，然後清洗乾淨。一周使用一次，保你擁有滑嫩肌膚。

[\[url=http://seungriya.insanejournal.com/\]](http://seungriya.insanejournal.com/)[seungriya](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)

2、燕麥+牛奶 去斑[\[url=http://tablospy.insanejournal.com/\]](http://tablospy.insanejournal.com/)[tablospy](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)

肌膚痤瘡、雀斑、黑頭、面疱，只要問題不是特別嚴重，只需每天使用10分鐘的燕麥面膜即見效。將2湯匙的燕麥與半杯牛奶調和置于小火上煮，然後等它還是溫熱的時候塗抹在臉上，就大功告成。

[\[url=http://ameblo.jp/tablott/\]](http://ameblo.jp/tablott/)[深夏のブログ](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)

3、牛奶+麵粉=優質面膜

牛奶與麵粉調和本身就是非常優質的自製美白麵膜，特別適用於中性肌膚。但是，如果你是油性肌膚，就需要把牛奶換成脫脂乳；如果你在20與40歲這個年齡段之間，就不用對牛奶進行任何加工了。豐富的乳脂能有效改變皮膚乾燥的現象，而去脂的牛奶麵粉面膜能極大改善膚質。[\[url=http://crazylee.eklablog.com/\]](http://crazylee.eklablog.com/)[crazylee](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)

4、冰牛奶+碎豆腐=曬後修復

現在你知道牛奶除了用來喝，還可以給肌膚補充充分的營養，可是你知道嗎，牛奶可以消炎、消腫與舒緩皮膚！特別是太陽曬傷之後，牛奶具有很好護理效果。步驟很簡單，先把化妝棉在冰牛奶裏浸過，再用冰牛奶洗臉，然後把化妝棉敷在紅腫發燙的部位，就能立即收到舒緩止痛的效果。再將豆腐弄碎，裝在薄紗布袋內，冰牛奶洗臉之後，用來搓揉臉部，皮膚會變得白晰、光滑。臉部皮膚如果因曬傷太厲害而紅腫疼痛，可以用冰牛奶漂洗，然後再以浸泡過牛奶的紗布敷在臉上，疼痛及發紅的症狀就會減輕，但是如果感覺還是很痛的話，那就表示要快點去皮膚科醫生那裏坐坐了，因為你的皮膚發炎了！[\[url=http://victory12.overblog.com/\]](http://victory12.overblog.com/)[victory12.overblog.com](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)

5、酸牛奶+奶油=告別皺紋

酸牛奶、奶油各等份，混合調勻後敷面，保留20分鐘，然後用清水洗去。此法具收斂作用，長期堅持可消除面部皮膚上的皺紋，使皮膚潤滑，適用於中老年婦女或面部皺紋較多的孕產婦。

6、鮮牛奶+橄欖油=增加皮膚彈性

鮮牛奶50毫升，加4—5滴橄欖油，麵粉適量調勻敷面，保留20分鐘後用清水洗淨。此法長期使用，可增加皮膚的活力和彈性，使皮膚變得清爽潤滑、細膩潔白。