caishu11 / October 11, 2012 11:37AM

[秋冬換季美白的的方法 讓肌膚白皙細嫩](#)

秋天的陽光雖然看上去不太猛，但涼爽的天氣很容易讓你忽略它的危險哦！它會導致肌膚變得越來越黑，加速肌膚衰老的腳步。所以秋季裏壹定要好好保養自己的皮膚，[\[url=http://blog.qooza.hk/fdsafw?eid=25744371\]](http://blog.qooza.hk/fdsafw?eid=25744371)[\[color=white\]](#)[\[size=1px\]](#)電子書[\[size\]\[color\]\[url\]](#)分享秋季美白保濕小秘訣，讓妳的肌膚更靚，妳的心情更靚！

秋冬換季美白的的方法STEP1：著重潔膚

由于秋天溫差大，忽冷忽熱的天氣使皮膚抵抗力下降，易遭細菌感染，因此，秋季護膚，首先要著重潔膚。首選用殺菌力強、清潔效果好、弱酸性的防曬洗面。可適當在洗臉、洗浴中加入少量食醋，以增加清潔效果。冷熱水交替洗臉讓皮膚既幹淨又有收縮毛孔的作用哦。

秋冬換季美白的的方法STEP2：補水和保濕[\[url=http://blog.yam.com/gf4725/article/57056059\]](http://blog.yam.com/gf4725/article/57056059)[\[color=white\]](#)[\[size=1px\]](#)CTP[\[size\]\[color\]\[url\]](#)

秋季的氣候比較乾燥，要選擇含有保濕的營養成分，與水結合，可以更好的滲透到肌膚中，從而可以增強肌膚的水分，改善粗糙乾燥。

DIY美白保濕秘方：

羊奶粉10克，60度溫水沖泡，攪勻放涼至38度，浸泡面部半小時，每周兩次，美白保濕效果超好哦。MM們快來試試吧！[\[url=http://space.uwants.com/index.php?uid-5006481-action-viewspace-itemid-466831\]](http://space.uwants.com/index.php?uid-5006481-action-viewspace-itemid-466831)[\[color=white\]](#)[\[size=1px\]](#)印刷[\[size\]\[color\]\[url\]](#)

秋冬換季美白的的方法STEP3：自制美白面膜

伏苓蜂蜜美白面膜

材料：伏苓粉15克，蜂蜜30克。[\[url=http://blog.xuite.net/fdwjofj/blog/63716444\]](http://blog.xuite.net/fdwjofj/blog/63716444)[\[color=white\]](#)[\[size=1px\]](#)進軍[\[size\]\[color\]\[url\]](#)

步驟：伏苓粉、蜂蜜倒在面膜碗中，攪拌均勻待用。溫水清潔面部後，以熱毛巾敷臉約3分鐘，接著取適量調制好的面膜塗抹在臉部約5～10分鐘，以清水徹底洗淨面部。

功效：此面膜含有豐富的美白潤澤成分，祛斑增白、潤澤皮膚的美容功效。