caishu11 / November 14, 2012 06:13PM

[女人冬季如何護膚 一起來學學吧！](#)

最近已經開始進入寒冷的冬天，氣溫突然下降了，護膚永遠是女性關注的話題，在寒冷的冬季我們女人如何保養自己的肌膚呢？出了臉部的護理，其實全身都需要做好禦寒和保養肌膚的工作，[\[url=http://blog.udn.com/beeccm/6890731\]](http://blog.udn.com/beeccm/6890731)[美好](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)介紹如何在冬季護理我們的肌膚，讓我們在冬季一樣能肌膚健康。

季皮膚比較難於護理，所以知道一些冬季護膚常識是非常必要的。[\[url=http://beecm.blog.ithome.com.tw/post/8684/17561\]](http://beecm.blog.ithome.com.tw/post/8684/17561)[婚紗](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)除了用一些護膚品外，衣物、食療等方面也是護膚不可缺少的。還是讓我們詳細來了解一下吧。

1、補水

水分在冬季對皮膚的意義不言而喻，[\[url=http://blog.cnyes.com/My/yukooty/article997717\]](http://blog.cnyes.com/My/yukooty/article997717)[Brit](#)[ish](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)它是保持肌膚健康豐腴、富有彈性的重要因素，因此，要選用富含保濕因子及多種營養成分的保濕護膚品。

2、去角質

冬季外界氣溫降低、空氣更乾燥時，皮膚的毛孔常處在收縮狀態，表皮老化角質不易完全脫落。表皮太厚就會影響護膚品的吸收，護膚品無法起到滋潤保養的作用。

3、防曬

即使在日光照曬並不嚴重的冬天，[\[url=http://www.webshare.cc/blog/b/blog_view.php?mid=547467&id=1\]](http://www.webshare.cc/blog/b/blog_view.php?mid=547467&id=1)[賺](#)[錢](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)紫外線也一樣無處不在，因此冬季一定要用防曬或是抗紫線成分的美容產品。

4、滋潤

冬季洗臉次數不要太多，早晚兩次就可以了。