

flower4332 / May 25, 2017 12:44PM

[\[肌膚保養\]優勢皮膚科:認識自我肌膚狀態!打擊痘痘與痘疤!](#)

天氣漸漸轉熱，夏季肌膚保養首先會遇到的是烈日曝曬與過量紫外線照射的問題，為了避免肌膚因為過度曝曬在紫外線下，引起暗沉、黑斑、雀斑、粗糙、細紋等狀況，正確的防曬保養不僅可達到美白效果，且可降低肌膚老化情況，台北優勢皮膚科游可任院長提醒進入夏季的肌膚保養除了需做好防曬措施以外保濕和清潔更是不可忽略的保養重點。

許多油性肌的男女性，肌膚進入夏季又開始飽受痘痘和粉刺之苦，究竟痘痘和粉刺該如何預防和解決呢?台北優勢皮膚科游可任院長指出，進入夏季的肌膚保養，除了需要杜絕肌膚受到紫外線過度曝曬的狀況，不斷飆高的氣溫也會導致肌膚油脂分泌過盛，引起角質堵塞毛囊而形成粉刺，而發炎中的肌膚若未做好妥善的處理也可能延伸變成痘疤。

因此為了降低痘痘、痘疤和粉刺形成，民眾面對肌膚保養須隨時保持肌膚清潔，而習慣上妝的民眾也應該確實做好卸妝，並且應慎選保養品種類，避免使用易阻塞毛孔的保養品。台北優勢皮膚科游可任院長建議，若有痘痘肌困擾的民眾痘痘預防與治療必須同時進行，透過正確的保養和清潔搭配專業皮膚科醫師的相關治療，方能降低痘疤形成，並且加快撫平發炎中的痘疤。

容易長痘痘的肌膚不外乎是油性肌、混和肌的民眾，然而長痘痘的原因並非單純因為氣候炎熱所造成，促使痘痘生產的原因還有可能因為生活作息、飲食、壓力、清潔不足等多種原因。台北優勢皮膚科游可任院長提醒，夏季肌膚出油過度清潔，也可能促使肌膚受傷，建議民眾一日請勿超過三次以上使用清潔劑清洗臉部肌膚，若是長期有痘痘困擾者，建議除了尋求專業醫師就診以外，可自行評估找出長痘痘的主因，徹底解決痘痘困擾。

優勢皮膚科 除痘雷射 夏季痘痘 除痘疤

優勢皮膚科診所官網：<http://yusclinic.com/>

優勢皮膚科診所粉絲團：<https://www.facebook.com/yus.skin.clinic/>

優勢皮膚科診所部落格：<http://gehrne89.pixnet.net/blog>

優勢皮膚科診所E-mail：[yus.skin.clinic@gmail.com](mailto:yus.skin.clinic@gmail.com)

優勢皮膚科診所電話：(02)2654-6681

---