

aq0317 / December 29, 2011 06:24PM

[ENNY美容館做臉護膚課程 冬季護理「皮在癢」乾燥肌](#)

ENNY美容館做臉護膚課程 冬季護理「皮在癢」乾燥肌

做臉護膚是許多人會選擇的保養方式，除一般臉部護理外，也能針對不同季節需求轉換做臉課程來達到對症下藥的護膚效果。在冬季大家最常發生的是脫皮乾癢的症狀，許多女性幾乎都有因此導致乾燥脫屑且容易脫妝的困擾，這部分尤以乾性皮膚的人更為顯著。這是由於肌膚保濕能力不足、太過乾燥所致。肌膚中大約有兩成都是水分，若遇上冬天空氣水份減少加上氣溫偏低時，皮膚血管也會收縮讓血液循環能力變差。ENNY美容館總督導金季萱老師說明，因為皮膚乾燥脫屑會刺激癢覺神經，而當血液循環降低時則會使皮脂與汗水的分泌量相對減少，讓肌膚更加乾燥，因此才會產生乾癢的感覺。

上述說明造成冬季肌膚乾癢的主因是由於水分減少以及血液循環欠佳所造成，其實除了外在因素與本身膚質的關係外，自己平時的行為也會促成肌膚乾癢的發生率。例如在冬天一般民眾習慣淋上熱騰的水來洗臉，這樣的水溫是不對的，水溫過高容易讓肌膚水分流失、油脂變少，熱水破壞了皮膚的皮脂膜，一旦皮膚表面過度乾燥也會引起肌膚乾癢。另外，像使用潤膚保養品時也建議在肌膚尚有水分時及時塗抹，如此才能讓保養產品發揮最大作用，使水分鎖在肌膚中。健康的膚質擁有一層天然的脂質或脂肪物質，這些物質具有保濕作用，讓肌膚維持在柔軟有彈性的狀態。而且大多數的民眾都瞭解換季時保養品應隨之換季，但其實很多時候有乾癢症狀者也與其使用的化妝品有關係，因此化妝品也得隨著季節做更換。如何對抗乾癢肌膚，追根究底的方法就是讓乾燥的皮膚恢復滋潤。

針對冬季乾癢的問題肌膚，ENNY美容館建議民眾可選擇強調保濕護理的課程來加強肌膚水分。ENNY美容館的美白保濕護理兼具美白及保濕的療效，除了調理冬季乾燥氣候帶來的傷害外，也為夏季過後的肌膚做美白修復護理。美白保濕護理包括基礎的背部舒壓按摩、頭部精油酵素角質軟化按摩、玫瑰活化肩頸按摩及深層清潔、粉刺清除。重頭戲是熊果淨白保濕光療導入， α -熊果素能改善皮膚表層的黑黃色素，護理後能使肌膚光亮潔白且富含保濕水份。針對容易過敏、敏感的皮肤也備有雞尾酒舒緩護理課程，洋甘菊精華液及夏威夷海藻精華能提供有效退紅癢鎮靜的功能，著重修護表皮PH護理，提升皮膚對抗外界刺激的能力。

無論如何，冬季造成肌膚乾癢的元凶與肌膚缺乏水分是密不可分的因素，因此提醒民眾應在冬季正確重視保濕護理，並真正認識自己的膚質狀態。民眾在使用保養品的同時應確實將水分補進肌膚深層，並注意保養產品是否含有酒精成分，這是由於酒精成分在揮發時容易帶走大量水分使保養效果大打折扣。也不要過度去角質或過度清潔，那只會將皮膚表面的天然水脂層洗掉，而且也會讓角質不正常增生，令皮膚變得更加粗躁、脫屑情形更嚴重，清潔時也應選擇溫和中性的產品為佳。ENNY美容館總督導金季萱老師表示，在自行保濕護理的前提下必須先由專業的美容師將肌底膚質打好，由於皮膚脫屑時會堵住毛孔，讓保濕產品無法有效吸收，因此若無適當調理膚質，擦再多的保濕產品也是徒勞無功。
