

가을피부를 촉촉하게

정진양



아침·저녁으로 제법 선선함이 느껴지는 계절. 가을은 춥지도 덥지도 않아 생활하기에는 아주 적절하나, 섬세한 여성의 피부에는 그리 좋은 계절이 못된다.

여름철 무더위로 인해 손질을 게을리했던 피부가 생동감과 탄력을 잃은 상태에서 가을의 선선한 바람은 피부의 땀과 피지분비를 급격히 감소시키므로 피부가 건조해지고 잔주름도 눈에 띄게 선명하게 나타나기 때문이다.

따라서 가을이 되면 대부분의 여성들은 갑자기 피부노화를 느끼게 되는데, 이러한 외부요인으로부터 피부를 건강하게 보호하기 위해서는 적절한 피부손질을 해주어야 한다.

1. 가을철 피부상태

- 여름철의 강한 자외선으로부터 보호하기 위한 피부 자체의 수단으로 각질층이 두꺼워져 피부결이 거칠다.
- 땀과 피지분비가 감소되면서 피부가 건조해지고 잔주름이 생기기 쉽다.
- 여름동안 증가된 멜라닌 색소로 인해 피부색이 칙칙해 보이고, 기미·주근깨가 두드러져 보인다.

2. 가을철 피부손질 포인트

이중세안으로 완벽한 피부청결

아름다운 피부를 위해서 청결은 아주 기

본적인 것이다.

잡은 세안으로 피부를 항상 깨끗하게 유지시키며 두꺼워진 각질층이 빨리 떨어져 나갈 수 있도록 한다.

화장을 해야하는 여성인 경우에는 저녁 손질 시 클렌징크림으로 화장성분을 닦아 내 준 다음, 비누나 폼클렌징세안을 해주면 얼굴의 더러움을 말끔히 씻어낼 수 있다.

세안시에는 찬물보다 미지근한 물을 사용하여 모공 속의 피지가 깨끗이 씻겨 나갈 수 있도록 하며, 마지막에는 찬물로 헹구어 열려진 모공이 수축되도록 한다. 여가다 스팀타월이나 뜨거운 김을 쐬는 사우나를 한다면 각질로 인해 건조하고 거칠어진 피부가 한결 부드러워진다.

피부 수분의 균형유지

갑작스러운 기온저하로 피부의 수분함

량이 감소되면 피부는 건조하고 버석거린다.

유연화장수와 영양화장수를 이용하여 피부에 수분과 유분의 균형을 유지시켜 촉촉한 피부로 가꾸어 준다. 이때 영양크림을 적당량 바르면 피부에 보호막을 형성하여 피부를 외기로부터 보호해 주고 수분증발을 방지할 수 있다.

특히 피부건조가 심한 눈주위나 뺨 등에는 미용농축액(에센스)을 마사지 후 발라 항상 촉촉함을 유지하도록 한다.

피부활성화

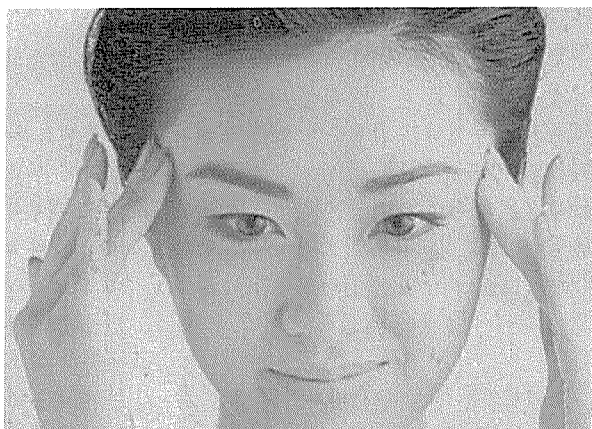
건조하고 거친 피부를 매끄럽게 가꾸는데는 마사지가 효과적이다. 마사지 크림의 영양성분은 피부를 촉촉하게 해줄 뿐만 아니라 손놀림은 피부신진대사를 원활하게 해 생기있고 탄력있는 피부로 가꾸어준다.

마사지는 일주일에 2~3번 정도 하는

아름다운 피부를
위해서, 청결은 가장
기본적이다.



건조하고 거친 피부를
매끄럽게 가꾸는 데는
마사지가 효과적이다.



것이 적당하나 특히 건조한 피부는 횡수를 좀더 늘리는 것도 좋다. 마사지를 할 때는 2~3g 정도의 마사지크림을 얼굴에 펴고 5분정도로 끝내는 것이 가장 피부에 무리가 없다. 건조가 특히 심한 경우에는 마사지크림에 캡슐오일 1개분을 섞어서 사용하면 더욱 효과적이다.

마사지 후에는 스팀타일로 2~3번 정도 찜질을 하여 마사지크림 속의 영양성분이 더 잘 흡수되도록 하여 혈액순환을 돕도록 한다.

미백위주의 손질

멜라닌 색소가 증가해 피부가 칙칙해 보이고 기미·주근깨가 두드러진 피부는 미백 위주의 손질이 필요하다.

매일 아침, 저녁으로 화이트스킨과 로션을 충분히 발라주며 일주일에 2번 정도는 화이트팩을 실시해준다.


화이트팩은 팩자체의 미백효과 뿐 아니라 팩제 제거시 표피의 죽은 세포까지 떨어

어져 나가므로 피부가 훨씬 깨끗해 보인다.

팩을 하기 전에는 보통 스킨로션과 밀크로션을 바르지만, 숨털이나 허영게 일어나는 각질을 깨끗하게 제거하기 위해서는 스킨로션만 발라준다.

특히 기미, 주근깨가 걱정되는 피부라면 팩을 한 후에 미백효과가 우수한 파우더 에센스를 사용하도록.

파우더에센스를 사용할 때는 파우더 1개 분량에 스포이트캡 1/2정도의 에센스를 섞어 기미·주근깨가 눈에 띄는 부위나 칙칙해진 부위에 세심하게 발라준다.

파우더에센스는 일주일 정도 매일 사용하다가 피부가 어느정도 회복되면 2~3일에 한번 정도 사용하도록 한다. 파우더 속의 비타민C 작용으로 피부가 희고 깨끗해질 뿐 아니라 에센스에 함유된 각종 보습제와 영양성분으로 인해 촉촉하고 부드러운 피부로 마무리할 수 있다. 

〈에바스화장품 미용기술연구소〉