

化妆水是肌肤护理的必备搭档，它不仅能够补水，同时还能清洁肌肤，恢复肌肤表面的酸碱值，为后续保养做铺垫。化妆水怎么使用效果更好呢？



化妆水：护肤最佳搭档

□ 海琳/文

化妆水受欢迎的最大原因，是它能带给肌肤清新湿润的感觉，也是众多女性在任何季节都离不开的护肤品。

化妆水的作用

有助于保持皮肤pH值的平衡。皮肤是一个弱酸性的环境，靠表层的皮脂膜来维持。爽肤水有平衡肌肤酸碱性的功效，可以帮助调节皮肤的pH值，达到理想的酸性环境。

有助于补充水分。皮肤新陈代谢功能的完成需要大量的水分，而人体每天摄入的水分循环到面部已经非常有限，远不够所需要的含量。而皮肤缺水会导致很多问题的产生，如起皮、毛孔粗大

等，因而需要爽肤水来补充水分。

保持皮肤pH值的平衡和补充水分是化妆水最基本的作用。至于美白、控油、收缩毛孔等其他功效，主要还是看具体产品的成分，选购时要根据自身的皮肤类型，再结合具体的产品功效来选择。

化妆水有区别

化妆水中比较常见的包括爽肤水、紧肤水和柔肤水，它们都具有稳定肌肤、平衡肌肤酸碱性的功效。而它们各自的侧重点又不同：爽肤水涂抹的感觉比较清爽，能补充肌肤的水分；紧肤水的最大功效在于细致毛孔，还可以有效

平衡油脂分泌；柔肤水比较滋润，能给予肌肤细致呵护。

这几种化妆水中，人们最容易混淆的是爽肤水和柔肤水，爽肤水适合天气较热，脸上容易出油的季节使用，用途是控油；柔肤水更适合干燥的季节使用，主要作用是保湿。

对于不同的化妆水，要根据自己的皮肤情况来选择。

简单来说，油性皮肤使用紧肤水，健康皮肤使用爽肤水，干性皮肤使用柔肤水。对混合皮肤来说，T字部位使用紧肤水，其他部位可使用柔肤水和爽肤水皆可。敏感皮肤则可以选择敏感水、修复水，而要想美白可以选择美白化妆

水。总之，想要达到什么样的效果，就要选择具有相应功效的化妆水。

正确的使用用法

擦拭法：

1. 将化妆水倒在化妆棉上，并使其充分吸收。
2. 由内向外顺着肌肤的纹理擦拭，这样不会过分拉扯肌肤导致细纹出现。
3. 额头与鼻子部位油脂分泌较多，可以适当延长擦拭时间。

拍打法：

1. 先将化妆水倒在化妆棉上。
2. 用拍打的方式，将化妆水涂在脸上。
3. 充分拍打脸部各个部位，帮助对化妆水的吸收。

使用时间：

首先是早上醒来以后，一夜毫无水分补充的面部急需补水。

其次是午后，也是一天中空气最干燥的时候，裸露的肌肤经过好几个小时的电脑、空调或者日晒折磨，需要适量补水。

最后是晚间的保养，洁面后让肌肤喝饱再入睡。



化妆水 Q & A

Q 化妆水都是纯植物成分？

a 在崇尚自然的今天，纯植物的东西总是特别受欢迎。但必须弄清一个问题，那就是化学结构，无论用什么方式获得，其功效是完全一样的。所以无论是纯植物提取，还是化学合成，只要是同一种离子活性剂，效果是一样的。其实，从植物中提取离子活性剂对技术和设备要求非常高，并且提炼浓缩成本高，而且，纯植物产品保存期都不长。所以，很多价格异常便宜的又号称纯植物成分的化妆水，实际上并不一定含植物成分，而是以植物香味或色泽来吸引消费者。

Q 化妆水能深层美白？

a 对于远在肌肤基层细胞中的黑色素，化妆水很难起到效果。有些人用过化妆水之后，觉得自己明显变白，或许只是心理作用。

Q 只要用了爽肤水，肌肤就会水水的？

a 爽肤水的功能仅限于为肌肤补充水分，但它不含油脂，也就是没有锁水功能，如果不涂保湿霜，肌肤水分蒸发后，皮肤会比原来更干燥。

Q 必须与同系列产品一起使用？

a 并不是，基本的肌肤保养步骤，没有哪款产品独特到其他产品完全无法取代。而且不同产品都有偏重，有的含或不含刺激性物质，有的防晒能力不足，有的是使皮肤含水量过度饱和的保湿剂，所以并不一定要全用系列产品。

Q 含酒精的化妆水一定不好？

a 虽然无酒精的化妆水的确较温和，但含酒精的并非一定不好。含酒精化妆水在一定程度上可以清除毛孔中的过剩油脂和污垢，并收敛毛孔从而控制油脂分泌，比较适合油性皮肤。只要不是过敏性肌肤，对酒精不会产生异状的一般性肤质，化妆水是否含酒精并不是最重要的选购取舍原则。

Q 要坚持使用同一种化妆水？

a 化妆水可以分为保湿型、清洁型、柔肤型、收敛型以及特殊机能型（如美白、祛痘等特殊功效）等。在不同的季节和皮肤呈现不同状况时，应该挑选具有针对性的产品，任何一种化妆水都不适宜长期使用。

Q 一定要配合化妆棉才能更好地发挥功效？

a 化妆棉的确可以在清洁肌肤时发挥很重要的功效，而且多余的爽肤水还可以用来涂抹颈部、手部。但质地粗糙的棉片容易伤害肌肤，所以购买时要更多关注。而用手拍打按压肌肤，手掌的温度可以保持毛孔不会收缩，帮助肌肤更好地吸收爽肤水中的养分。



8种化妆水产品推荐

巴黎欧莱雅清润多重活性保湿深透晶露 蕴含丰富矿物质，激活肌肤天然保湿屏障，层层补水。包裹油萃精华的天才微晶，深透肌肤、底层滋养、中层补水、表层锁水，适用于任何肌肤类型。



兰蔻焕白精华水 富含精华成分，质地晶莹剔透，清澈一滴，注入满满焕白活力。独家疏脂亲水质地，清透晶莹，快速渗透力，迅速被毛孔吸收，令肌肤温婉莹亮，触感柔软，尽显水润净白。



Olay水感透皙光塑面膜水 从内到外三大层面修护肌肤润泽度、净白度和光耀度，解决肌肤发黄、发黑、暗淡无光等问题，提高肌肤（珍珠/润白）光学指数。

资生堂红色蜜露精华化妆液 红色蜜露经过不断的更新换代，精炼出透明的化妆液，温和、醇厚的感触迅速溶于肌肤，并呈现理想的湿润，舒畅的西洋芍药的香味令心灵得以释放，让心情保持一整天的愉悦。



希思黎 (Sisley) 花香润肤水 适合干性及过敏性肌肤使用，不含酒精并添加含玫瑰、矢车菊、金缕梅萃取精华，可进行二次清洁收敛并调理肌肤，平衡肌肤pH值，及时补充水分，给予肌肤清新舒爽的感受。



雅漾祛脂爽肤水 有效地抑制面部过量的皮脂，保持面部不泛油光；收敛毛孔，再次清洁，减少黑头和粉刺的生成。



科颜氏黄瓜植物精华爽肤水 含植物萃取精华的无酒精的温和爽肤水，能自然均衡调理及清新爽肤，适合极干性、干性、中偏干性及敏感性肌肤使用。柔软、收敛、清凉及舒缓肌肤。



薇姿温泉矿物水活清润爽肤水 薇姿温泉水：二次清洁，强韧肌肤屏障，平衡肌肤pH值。舒缓保湿因子：即刻补水，基础保湿，肌肤清透水润，光泽饱满，为后续护肤做好准备。

