

夏季护肤，防晒是不可以避免的话题，面对紫外线对肌肤的重重考验，只在出门前涂抹防晒霜是不够的，但在户外补涂防晒霜又多有不便。这时，备一支防晒喷雾是个不错的选择。

## 防晒喷雾： 助你全面阻击紫外线

□ Apple/文

防晒喷雾是简便型防晒产品，在传统的防晒产品之外，外出随身携带一只，可以弥补长时间在户外无法重复涂抹防晒霜的不便。

防晒喷雾不仅可以喷洒在身体上，还可以直接用在头发上，帮助秀发达到防晒的目的。由于它使用方便并且清爽不沾手，近年来很受女性的欢迎。

### ■ 防晒喷雾的特点

防晒喷雾最大的特点就是便利的喷

雾式设计，只要轻轻一压，细致的喷雾就能从各种角度均匀分布于肌肤。除了轻便好用外，大部分喷雾都能够长效隔离紫外线，尤其是UVA和UVB射线，帮助肌肤抵抗受损。

防晒喷雾大都采用了清爽不黏腻的配方，在喷到皮肤的瞬间能让皮肤得到舒缓，快速被吸收，一般来说也不会阻塞毛孔，引起粉刺等皮肤问题。

此外，防晒喷雾的出现可以说是拯救了一大票需要在化完妆后补涂防晒的

爱美女性——化妆后直接补涂防晒霜会让妆容花掉，而使用防晒喷雾就完全不会有这种困扰。

### ■ 使用有讲究

防晒喷雾同样是有防晒指数的，先要依照自身的实际需要，选择合适防晒系数的产品。如果是在出汗较多或者是戏水等情况下使用，要注意及时补充使用才能够使防晒效果更好。

防晒喷雾一次喷多少才能达到防晒

效果呢?一般来说,每平方厘米的皮肤上喷上约2毫米厚的防晒喷雾。喷时只要均匀地喷上一层,一般一次即可,不需要重复喷多次,然后每2个小时喷一次,就可以很好地阻击紫外线。

此外,防晒喷雾可以在距离面部15~20cm左右的地方直接喷。但并不是简单地在皮肤上喷一下就能达到效果,常用的方法是:按照发际线的轮廓,经过下巴,围着面部喷一圈,但注意不要固定在一个地方喷,那样会影响防晒效果,而且容易让皮肤看起来花白一片。此外,要达到好的防晒效果,还有一些细节值得注意。

#### Note 1:

把防晒喷雾直接喷到需要防晒的部位,是防晒喷雾最直接的用法,有条件的话最好在该部位做好保养,然后把防晒喷雾直接喷于皮肤上,再用手轻轻按压拍打,让防晒喷雾充分被吸收。在户外的的时候要定时补喷,尽管大部分防晒喷雾都具有防水、防汗功效,但游泳或大量流汗后一定要补喷一下。不建议使用在晒后敏感及晒伤的肌肤上。



#### Note 2:

补涂防晒喷雾时,最好将需要补涂的部位用湿纸巾轻轻擦拭,除去上面的油脂和灰尘后再补涂,之后用手轻轻按压、拍打至防晒喷雾完全被吸收。

#### Note 3:

身体的一些部位并不适合直接喷防晒喷雾,比如说脸部,直接喷很容易喷到眼睛、鼻子或者嘴巴中去,所以最好先将防晒喷雾喷到手掌上,然后再用轻轻按压的手法,在脸上涂抹均匀。

如果一定要喷在面部,那在洁面过后擦干脸部多余水分、涂抹水乳霜等护肤品并待护肤品被吸收后再使用。使用防晒喷雾时要注意避开眼、口、鼻等敏感部位。按压时千万不要用力过猛。也不能离脸部太远使用,否则喷出来的面积过大,容易误入眼睛。

#### Note 4:

并不是所有的防晒喷雾都能直接喷在脸上,只有喷头喷出的是雾状的防晒液,而且产品质地均匀、细腻的才适合喷在脸上。如果喷头喷出的是大颗水滴或者乳液,最好是先喷在手心,然后再进行涂抹。

#### Note 5:

敏感肌肤慎用。一般情况下,防晒喷雾多喷在身体部位,而身体上的皮肤往往比脸部皮肤耐受度高,所以防晒喷雾鲜有特别标注“敏感皮肤可使用”之类的话语。

此外,在使用防晒喷雾时还要注意通风,避免大量吸入喷雾。而且防晒喷雾是以高压瓶装,因此产品属易燃性产品,要远离火源,切勿放在高温的环境中。

### 结合防晒霜使用更好

防晒喷雾和传统的防晒产品相比,的确在涂抹上更方便,也可以弥补长时



间在户外无法及时补涂防晒的问题,但如果认为有了防晒喷雾就完全摒弃防晒霜并不是一个明智的选择,并不能说哪一个更好,但二者相互搭配肯定是事半功倍。

有人说,防晒如果用量不够,和没用没差别。SPF和PA指数适当的喷雾产品,足以应付日常生活,在一定程度上是可以代替防晒霜来使用的。但如果是去海边,或者长时间在户外暴晒,那最好就是配合传统的防晒霜打底,而防晒喷雾则用于补擦。

### 防水产品一定要卸妆

防晒喷雾中有的是不防水的,有的是防水的。一般来说,防水的防晒产品是需要使用卸妆产品来卸除的,而不防水的防晒产品可以通过普通洁面来保持洁净。

因为光用清水和普通的洁面产品不能够完全将防水的防晒喷雾的防晒膜清洗干净,而需要卸妆产品中的油剂成分来卸除。

但因为卸妆产品有强烈的去油脂功能以及轻度的去角质效果,大量且长期频繁使用,也会破坏皮肤的屏障功能,出现皮肤变薄、过敏等问题。所以除了出外郊游需要特别用到防水防晒产品外,日常用的低倍数、没有注明防水防油的防晒品,建议用普通的洁面乳清洁,也可以用温和卸妆功效的洁面乳进行清洁。●

## 8种防晒喷雾产品推荐



**雅漾清爽防晒喷雾** 独特的天然矿物遮光剂结合化学防晒成分，可全面阻隔紫外线UVB、UVA和IR(红外线)；富含具有舒缓、抗刺激的雅漾活泉水，更适合敏感皮肤。

**薇姿清爽防晒喷雾** 独特MEXORYL®XL紫外线隔离系统 VICHY温泉水有效隔离紫外线，有效隔离UVB、UVA，防止皮肤晒伤、色斑形成。质地清爽不油腻，防水、防沙、低刺激性；娇嫩、敏感性皮肤亦适用。



**理肤泉特护清爽防晒喷雾** 适合各种肤质水露状清爽质地，专为身体设计，防水配方，防晒效果更持久。

三重防晒机制从外到内全方位立体防晒，最外层：物理防晒，通过散射隔离紫外线；第二层：化学防晒，4种化学防晒剂协同作用，有效吸收不同波长UVA和UVB；第三层：生物防晒，减少UV照射导致的自由基生成物，预防并减缓组织损伤，促进晒后修复。

**曼秀雷敦新碧轻透水感防晒喷雾** 涂抹时干爽配方瞬间延展，使肌肤更感舒爽；防晒成分不与汗水融合，使汗水更易蒸发。



**露得清轻透防晒喷雾** 具备超强大的光稳定性，数倍提升防晒力，即使在长时间日光照射后依然全面抵御UVA和UVB，保护皮肤免遭晒黑和晒伤。同时质地水漾清爽，配合不黏腻配方，完全不阻塞毛孔，干爽薄透好吸收。



**高丝强效防晒喷雾** 富含10种植物精华，不但对长时间暴露在紫外线中的肌肤提供高度的防晒保护，防水防汗，天然植物因子还可以滋润、镇静和修复肌肤，使皮肤避免因日晒而引起的干燥。

**巴黎欧莱雅多重防护城市水活隔离喷雾** 巴黎欧莱雅第一款可直接喷于脸部的防晒喷雾，上妆脸部也可使用。欧莱雅紫外线吸收剂麦色滤SX/XL+滤光剂UvinulA+，能够保护肌肤远离UVB及长波/短波UVA及光老化的侵害。同时，配方中有效防护复合成分能帮助肌肤排浊并预防老化。



**资生堂安耐晒金钻高效防晒喷雾** 适合脸部、头发及身体使用，是特别针对海边及泳池等水上活动使用的喷雾式防晒品，具有高防晒系数，防水、耐汗及皮脂。

