



## 皮膚美白

皮膚中的所有成分都是皮膚呈色的原因之一，但是使每個人膚色不同主要取決於下面幾點：

- ❖ **黑色素**：皮膚為什麼會黑會白，主要決定於黑色素的多寡，黑色素雖是麥拉寧細胞所製造，但會傳導到周圍的表皮細胞。
- ❖ **血管中血色素**：血液循環好、身體狀況好，血管中的含氧量較高皮膚自然透紅發亮；血液循環差、身體狀況不好，血液中二氧化碳較高、含氧量不足，皮膚自然暗沉。
- ❖ **角質層的厚薄**：過厚的角質層，會造成皮膚蠟黃無光澤！不信，看看你的後腳跟或是雞眼，這是皮膚角質層最厚的地方。
- ❖ **皮膚皺紋**：皮膚上的皺紋，造成光線陰影，而使皮膚顯得暗沈。
- ❖ **皮膚濕疹**：皮膚上的濕疹，造成皮膚粗糙及暗沈。特別是眼皮，容易發生濕疹。

而影響皮膚黑或白，最重要的因素就是黑色素，由於紫外線是促進黑素細胞分裂、加速黑素合成的最主要因素。因此，**避光防曬是減少黑素形成的最重要的措施**。

### 第一步：小心防曬

防曬不僅僅是讓皮膚美白，更是預防及保護皮膚受到過量陽光紫外線的傷害。因此想要有效避免皮膚的鬆弛和老化，就要注意紫外線的曝曬量和選擇適當的防曬方法。

### 第二步：日夜美白

「防曬不等於美白」，這是美白觀念最重要的一環。因此必須在白天或夏季時選擇防止陽光過量曝曬的保養品，而在夜晚及秋冬兩季時進行皮膚調理，才算是美白的完整程序。

### 第三步：修護調理

選購美白保養品時，要睜大眼睛看看產品成份及使用方法，因為每一種成份的功效需要與用法密切配合。而且還要了解自己的生活习惯與個性，才能運用事前防範、事後修護的觀念，將美白修護及美白調理的作用發揮最大的功效。

你的健康 是寶貝的希望  
讓我們守護你的健康