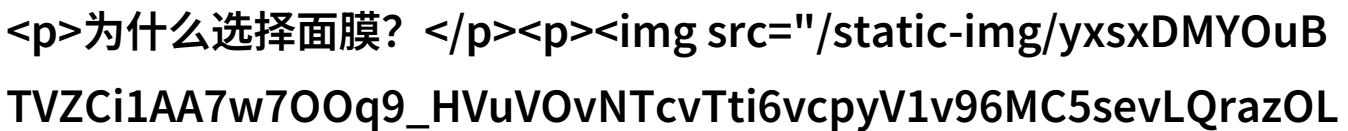


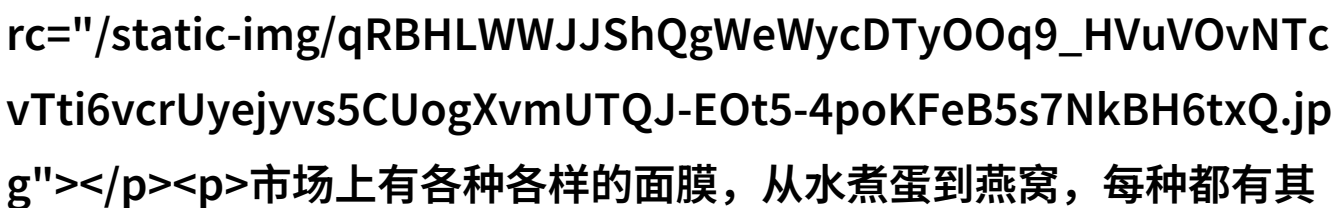
# 美白面膜自然光下显白效果

为什么选择面膜?



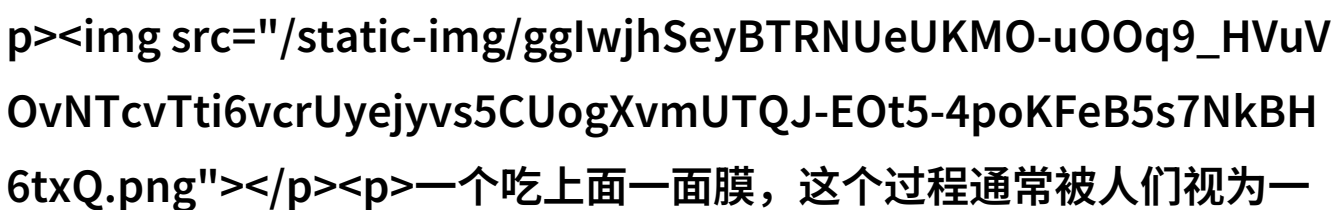
在日常护肤中，面膜是一种非常受欢迎的产品，它能够为我们的肌肤带来深层的滋润和净化。选择正确的面膜对于维持皮肤健康至关重要。今天，我们就来说说如何正确使用一张面膜，以及它对我们皮肤有哪些好处。

了解不同类型的面膜



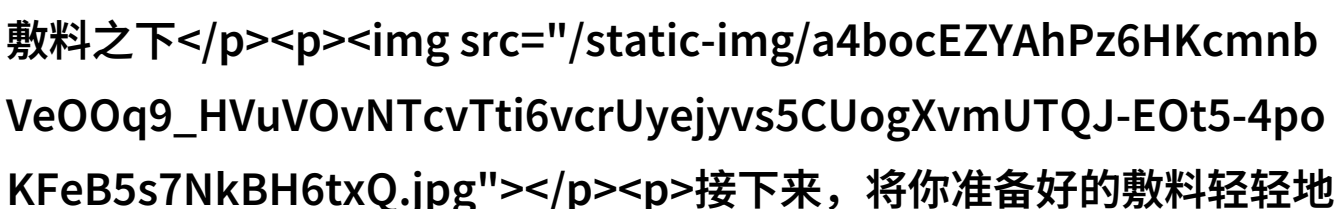
市场上有各种各样的面膜，从水煮蛋到燕窝，每种都有其独特的功效。但是，不同类型的皮肤需要不同的治疗方法。例如，对于油性肌肤，使用清洁透气型面的确是一个不错的选择；而对于干燥肌肤，则应该选用滋润型或保湿型面的产品。而且，不论是何种类型，都要根据自己的需求和喜好来挑选。

如何准备使用一张面膜



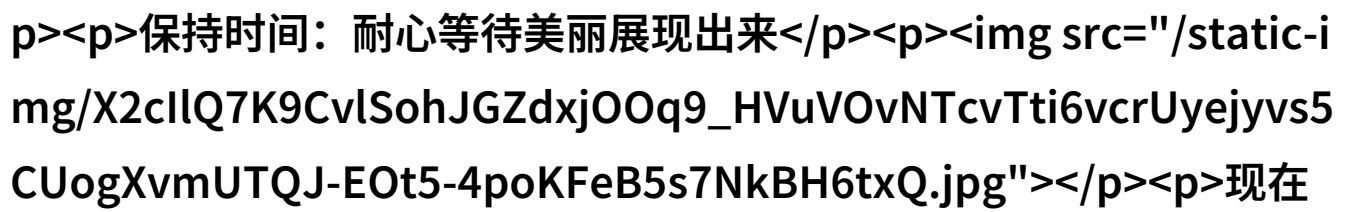
一个吃上面一面膜，这个过程通常被人们视为一种放松和自我爱护的一种方式。在使用之前，一定要先彻底清洁你的脸部，以去除污垢、妆容以及任何残留物质。这一步很关键，因为如果你想要让你的皮肤从这次经历中获得最大的益处，那么必须保证开始时你的肌肤已经是干净无瑕。

面部处理：将洗涂后的脸颊平铺在敷料之下



接下来，将你准备好的敷料轻轻地撕开，然后将其均匀地贴附在整个脸部，包括眼睛周围，但避免直接覆盖眼睛本身。如果你有一些特殊问题，比如痘痘或者黑头，那么可以专门针对这些区域进行更强烈一些的手法按摩，让效果更加明显。在这个阶段，你可以感觉到温暖或者凉爽感，这取决于所用的材料是什么。

保持时间：耐心等待美丽展现出来



现在，你只需耐心地等待几分钟（具体时间取决于您所选用的产品），然后轻柔地撕下敷料并洗掉剩余成分。这时候，可以看到的是更加光滑、紧致、甚至颜色看起来也更加均匀了。这样做不是一次性的，它需要成为您的护理习惯之一，而不是偶尔的事情。如果每周至少做一次这样的活动，那么长期来看，您会发现您的皮肤状况大幅度改善。

结语：持续努力追求完美

最后，要记住，无论多好的护理方案，只有持续不断地坚持下去才能见效。此外，也不要忽视日常生活中的其他影响，如饮食、运动和压力管理，这些都是保持良好状态不可或缺的一部分。通过这种全方位的心态与实践，你会逐渐发现自己拥有的那份自然光泽，就像是在镜子前欣赏着内心深处最真实的一抹微笑一样，是那么美丽而纯粹。

[下载本文pdf文件](/pdf/491533-美白面膜自然光下显白效果.pdf)