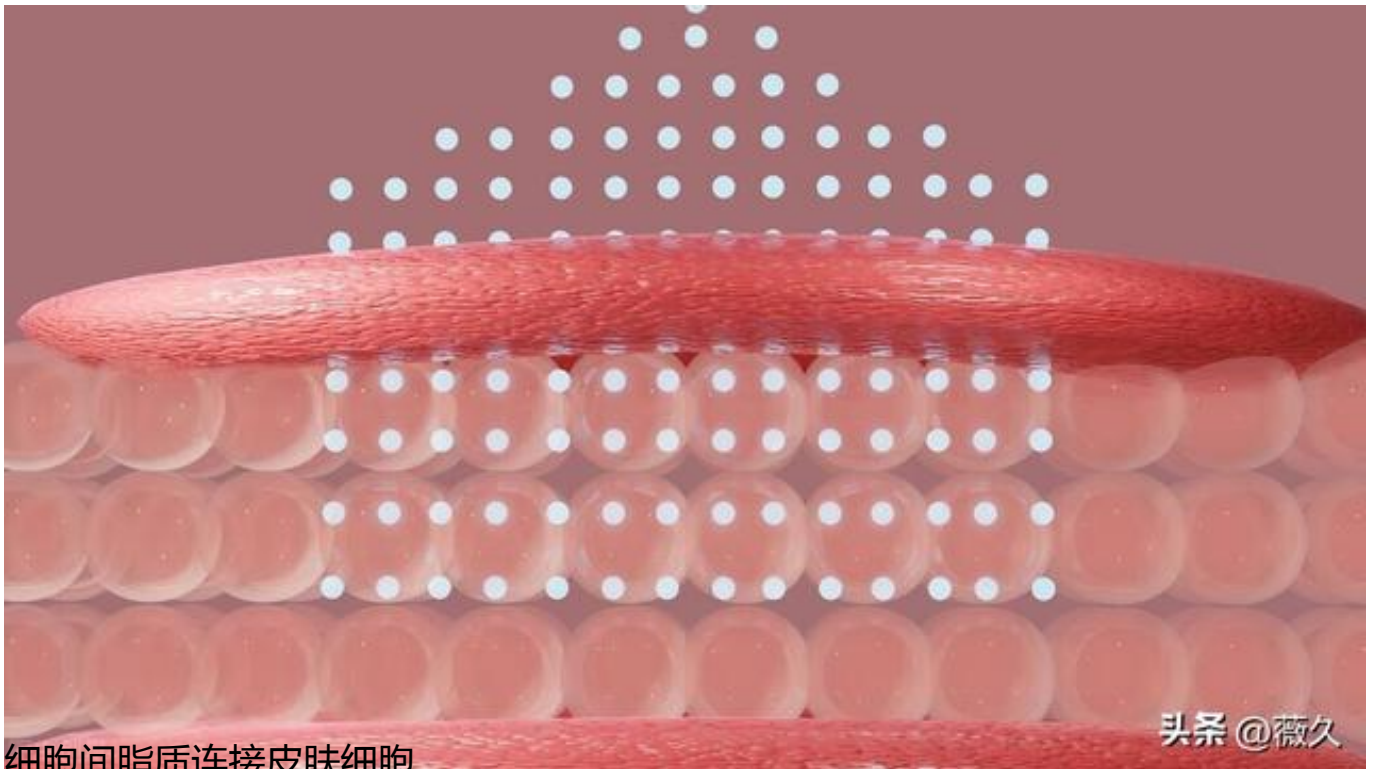


很多人都觉得干皮需要及时补水、大量补水，于是就一直敷面膜，早晚都敷，或者是一直喷保湿喷雾。其实这是非常错误的！因为干皮本身角质层就薄，抵御力低，很脆弱，如果再频繁敷面膜、一直喷保湿喷雾，非常容易导致皮肤角质层出现过度水合，细胞间脂质大量流失（细胞间脂质流失：简单粗暴解释，就好像我们盖房子，一个个细胞就是一块块砖瓦，细胞间脂质就是砖瓦之间的水泥凝土，可以想想一下砖瓦失去水泥凝土的连接，会是什么样的后果）。



细胞间脂质连接皮肤细胞

头条 @薇久

角质层的过度水合会降低皮肤屏障功能，削弱皮肤抵抗力

，皮肤会变得越来越干，越来越敏感，所以干敏不全是因为肤质干才敏感，还有错误的护肤方式导致。

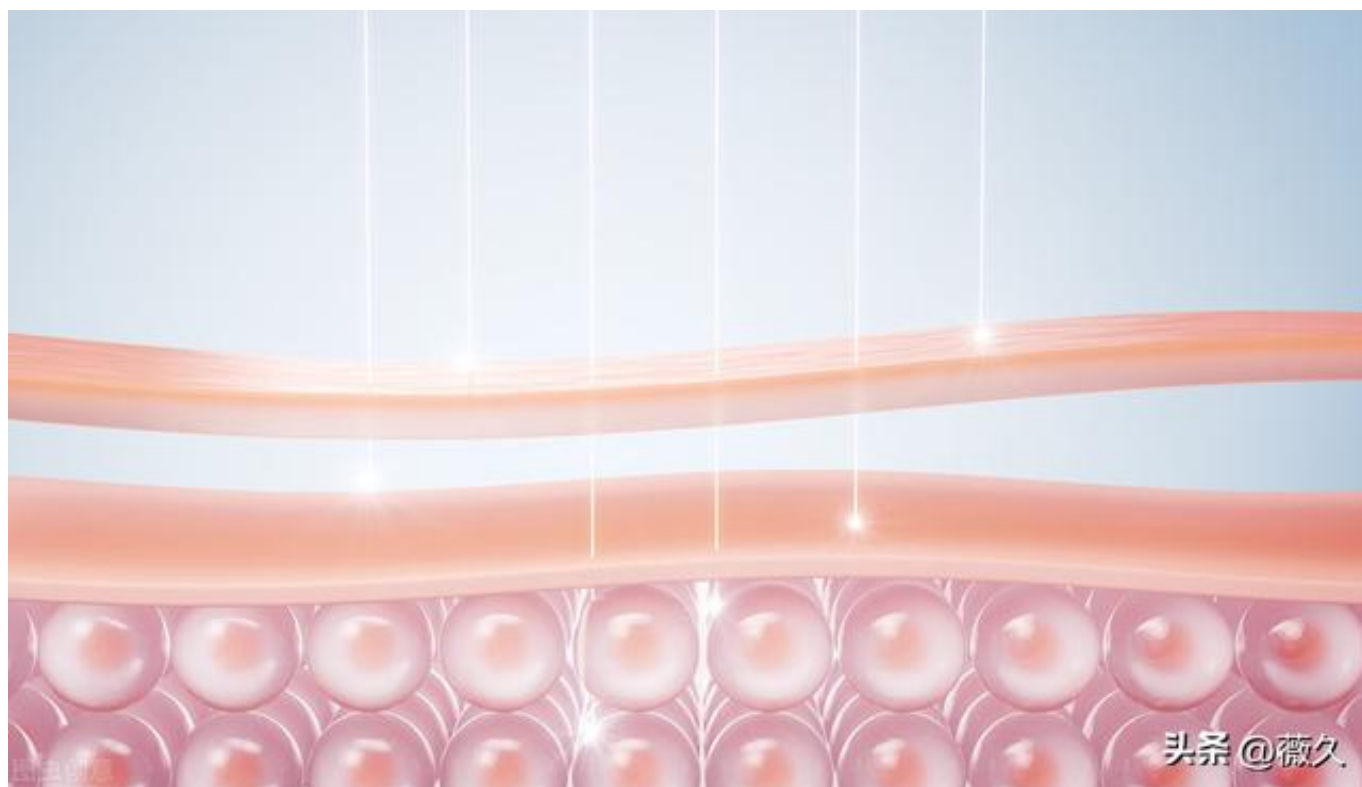
相对于补水，干皮更应该补“油”。干皮之所以干，就是因为自身皮脂腺油脂分泌匮乏，无法靠自身达到皮肤水油平衡，油脂的保湿能力非常强，还能促进皮肤屏障恢复，当皮肤特别干燥的时候，除了做好保湿，你还应该做一个补油。



妈生干皮能变身吗？

妈生干皮 皮脂腺分泌不旺盛，肤感比较干，肌肤屏障也是天生不太完美，所以想变身还是挺难的。

对于干皮来说，护肤首要重点就是保湿。保湿不是拼命敷面膜，也不是只疯狂补水，只补水不缩水，一切功夫白费。



想要肤感不那么干，日常除了做好保湿之外，还要做好屏障功能的保护，更有效的锁水才是正确思路。选择一款适合自己的，成份好一些的保湿面霜和保湿精华，早晚都用，保湿面霜和保湿精华对于干皮来说都特别友好，可以把这些作为干皮护肤的标配。

保湿面霜中最好含有以下成份：

- 1、神经酰胺
- 2、含能够加强屏障功能的成份（角鲨烷、透明质酸等）

[给你小心心]今天就聊到这儿吧~

我是薇久、一个素未谋面也在用心和你聊护肤的朋友[心][点亮平安灯][心]