

ดูแลขั้นพื้นฐานสู่ผิวสุขภาพดี

🕒 **นำเสนอเมื่อ** 4 ม.ค. 2554

การทำคามสะอาดผิวและบำรุงผิวซึ่งเป็นกิจวัตรประจำวัน หากทำครบขั้นตอนอย่างถูกวิธีจะทำให้ผิวสวยใส แม้ไม่ได้ใช้สกินแคร์ราคาแพง

เริ่มจากเช็ดเครื่องสำอางออกให้หมดด้วยคลีนเซอร์ จากนั้นล้างหน้าด้วยคลีนซิ่งที่เหมาะสมกับสภาพผิว หนุนตึงเป็นวงกลมเบาๆ แล้วล้างออกด้วยน้ำที่ไม่ร้อนจนเกินไปเพราะจะทำให้ลายความชุ่มชื้นของผิว ใช้ผลิตภัณฑ์สครับผิวเพื่อทำความสะอาดเซลล์ผิวที่ตายแล้วและสิ่งสกปรกอุดตัน ต่อด้วยเช็ดโทนเนอร์ทำความสะอาดสิ่งสกปรกที่อาจหลงเหลืออยู่ให้หมด ใช้ผาขนหนูซับหน้าเบาๆ ไม่ต้องให้น้ำแห้ง แล้วทามอยสเจอร์ไรเซอร์

ถ้ามีเวลาควรมาร์คหน้าอย่างน้อยอาทิตย์ละครั้งเพื่อกำจัดสิ่งอุดตันและจะทำให้ผิวนุ่ม กระชับ หากทำเป็นกิจวัตรทุกวัน ผิวจะสวยใสเหมือนดื่มน้ำวันละ 8 แก้ว.

ขอบคุณที่มาจาก [เดลินิวส์](#)