

很多男生不明白為何女生總是有太多瓶瓶罐罐的護膚品，事實上，要跟足護膚程序，最基本至少也有四五種，包括潔面乳、化妝水、精華液、乳液及面霜等等（還未計卸妝油、眼霜）。當中精華液就是護膚步驟中最重要的一部分，也是整套護膚程序中最昂貴的產

品。不過很多女生也搞錯了塗抹精華液的步驟，而調亂護膚次序也會令精華液的功效大打折扣。

劉嘉玲駐顏有術。



慎選精華液 護膚有序

和一般乳液、面霜相比，精華液的分子十分細小，營養濃度也十分高，且有更好的滲透皮膚能力，也能夠精準針對皮膚問題，這也是為什麼精華液的售價往往高於其他保養品的原因。塗精華液的步驟通常用於中間位置，前有潔面乳、化妝水，後有乳液、面霜等。

精華液具有快速滲透的特性，可幫助密集補充肌膚所需養分。於化妝水後使用，有助快速填補角質層的水分，透過其中添加的高濃度精華成分，更可精準改善細紋、暗沉等問題膚況，不僅如此，精華液還可提高後續乳液、面霜的吸收力。換句話說，日常保養若想獲得良好的修護效果，精華液通常是不可或缺的。

精華液常見類型

水性精華

這類型的精華液多以保濕為主，質地通常會呈現透明液狀，較為常見的成分像是：玻尿酸、膠原蛋白、甘油、天然保濕因子（NMF）、維生素B5，能快速補充肌膚水分，改善因乾燥引起的敏感、暗沉、細紋等問題膚況。易吸收的質地，適合任何膚質使用，能給予保濕卻不留油膩感，特別適合油性肌膚。

油性精華

精華油成分多萃取自天然植物，如辣木油、橄欖油、乳木果油、玫瑰果油等。高品質油液具有良好的親膚性，能改善缺水狀態，增加肌膚柔軟度、彈性。除了直接單獨使用外，可視個人膚況、氣溫混搭其他產品，像是適量地加入粉底調和，可讓妝感增添光澤，服貼性也會提高，適合中性、乾性及熟齡肌選用。

水油並存精華

集結精華的高效滲透、精油的絲滑潤澤雙重特性，親膚性佳，質地多會呈現凝露狀、乳狀，除了對細紋、乾燥有很好的修復作用外，也有助油水平衡，讓膚況更為穩定。通常使用後膚表都會有潤澤感，適合中性、混合性肌膚。

精選產品推介

CHANEL SUBLIMAGE 全效再生晚間修復精華

忠實用家劉嘉玲特別推薦 CHANEL 的「全效再生晚間修復精華」（5,150元）及「全效再生修復精華霜」（4,555元），她說：「每次我也會一起使用，使用瞬間，你會感覺到精華滲入肌膚底層，幫助修復並深層促進肌膚細胞再生，改善所有老化痕跡，特別是撫平細紋的效果顯著。第二朝起身，你照鏡就會發現，皮膚狀況好似嘍咗一個好充足嘅覺。」全效再生晚間修復精華蘊含 90.5%天然成分，包括一種結合香莢蘭發酵物及苦橙花精華複合物和天然抗衰老肽的成分。

CLARINS 全新修護精華水系列

按肌齡訂製的修護精華水系列，3種不同類型切合不同肌膚需要。人氣廣告寵兒吳家忻（綽號 Kayan9896）選用含起絨草萃取的粉紅色活力水（370元），可提升活力光澤，專門給輕齡肌使用。藝人林嘉欣都用的橙色彈力水（450元）加入袋鼠花萃取，幫助增生膠原蛋白，專門給輕熟齡肌使用。紅色嫩肌水（590元），含哈倫加那萃取，可重塑嫩滑飽滿肌，熟齡肌專屬。

GUERLAIN 升級版再生修護雙效精華

男神古天樂推介的升級版再生修護雙效精華（官網限定發售 1,350元/30ml；1,800元/50ml），含全新雙效配方，富含煥膚果酸AHA及PHA，並具備亮澤炫肌的白蜂蜜精萃，修護配方經生物聚發酵型蜂蜜，據稱有強化肌膚緊緻效果。



古天樂推介的雙效精華。

正確使用步驟

1. 日間避免選用含美白成分的精華液：注意盡量不要選含維他命A酸、苯二酚的精華液，因這類成分易造成光敏感性、容易引起皮膚紅腫、色素沉澱，建議白天選用保濕型精華，有助持妝。
2. 使用精華液最佳時間是睡前：晚上11時至凌晨2時是使用精華液最佳時間，因是腦下垂體褪黑激素分泌最旺盛時間，有助加持精華液的功效，達到最強護膚效果。
3. 精華液不應直接滴在臉上：應先取適量精華液滴在掌心，包覆於臉上並適度按壓，之後用手溫度讓精華液滲透至角質層。



CHANEL「全效再生晚間修復精華」（左）及「全效再生修復精華霜」。



林嘉欣選用橙色彈力水。lg@clarinshk