

SPF

像空气一样轻、薄、透？

没错，这就是高倍防晒霜

□本刊记者 李雨璐

烈日炎炎，清新可人的裸妆是不少时尚MM的首选，可那些又厚又油，涂上如白霜敷面的高倍防晒霜使许多裸妆达人犯了难。

今夏，不少化妆品品牌纷纷推出了空气感防晒霜，面对琳琅满目的防晒产品，到底该如何挑选？近日，记者走访了丹尼斯百货、王府井百货等卖场的化妆品专柜，为您解读空气感防晒霜的奥秘。

1 这些成分与防晒指数您不可不知

随着防晒霜的不断改进，采用水油分离技术，减少了防晒霜中乳化剂和增稠剂的含量，使防晒霜像空气一样轻、薄、透，就诞生了现在流行的空气感防晒霜。

要想正确选购防晒霜，这些成分与防晒指数您不可不知，让我们一起来了解一下吧。

SPF指数与PA指数：防晒霜的瓶身一般都标有SPF指数和PA指数，SPF指数越高表示越能抵御UVB射线。目前，市面上防晒霜的指数一般为SPF15、SPF20、SPF25、SPF30和SPF30+（相当于

SPF50），SPF后面的数字表示防晒时效，1代表15分钟，以此推算，SPF30的防晒时效为30×15分钟，就是7小时30分钟。PA表示防晒强度，PA指数越高表示越能抵御UVA射线。PA+表示有效、PA++表示相当有效、PA+++表示非常有效。

甘油与透明质酸：在选购防晒霜时，我们会看其防晒指数，可要辨别是不是空气感防晒霜，就要看该产品是否含有甘油、透明质酸等保湿成分。

2 根据肤质选择防晒产品

到化妆品专柜购买防晒霜时，您一定听过导购员这样介绍：“这款防晒霜采用的是物理防晒技术。”瞬间让一瓶小小的防晒霜显得神秘莫测。

物理防晒就是利用物理学原理达到防晒的目的，防晒霜中含有一些可反射光线的微小粒子，能反射紫外线，避免皮肤受到伤害。这种防晒霜的微粒是片状的，在脸上涂开后像镜子一样，能够反光。

化学防晒是指防晒霜中含有的成分能将紫外线吸收后再以一种较低的能量形态释放出来，避免紫外线对肌肤造成直接伤害。

物理防晒与化学防晒到底谁优谁劣？丹尼斯百货某化妆品专柜导购员告诉记者，应该根据个人肤质进行选择，比如油性皮肤及容易长痘痘者就不适宜选择物理防晒产品，因为物理防晒产品矿物质分子较大，容易堵塞毛孔。敏感性肌肤者在选择化学防晒产品时要慎重，因为一些化学成分可能渗入肌肤，引发过敏。

这名导购员还告诉记者：“含有二氧化钛和氧化锌成分的防晒霜都为物理防晒产品，目前，市面上也有一些防晒霜是物理防晒和化学防晒相结合的。”

3 正确使用防晒产品 护肤事半功倍

“洗过脸后，要拍爽肤水，抹润肤霜，还要抹防晒霜、BB霜，先用什么？后用什么？”记者问。“正确的护肤顺序为爽肤水—精华露—润肤乳液（润肤霜）—隔离霜—防晒霜—BB霜（粉底液）—定妆粉（或散粉）。眼部肌肤较为敏感，在涂抹防晒霜时应尽量避开眼部。”王府井百货某化妆品专柜导购员说。

据了解，空气感防晒霜跟一般防晒霜一样，需要一定时间才能发挥作用，所以出门前10分钟至20分钟就要涂好，去海滩前应该提前30分钟涂好。出汗会降低防晒霜对肌肤的保护作用，防晒霜在吸收紫外线的同时也会逐渐被氧化，防晒效果会越来越弱，因此每隔2小时要补涂一次。

有MM关心，用空气感防晒霜，还需要用卸妆油卸妆吗？业内人士介绍，即便使用空气感防晒霜，清洁工作也不能马虎。如果是防水型防晒霜，就要用卸妆油进行清洁，对于一般的空气感防晒霜来说，最好用泡沫型洗面奶进行深层清洁。

业内人士还说：“不少MM认为自己长期待在室内，不用抹防晒产品，这是不对的。因为紫外线中的UVA射线具有极强的穿透性，无论阴晴，都能穿透玻璃窗进入室内让你变黑，而且室内的日光灯、电脑屏幕等也会产生光污染。所以，即使在室内，也应该选择合适的防晒产品保护肌肤。”



防晒霜开封后 最好当年用完

□据《京华时报》

炎热的夏季，面对似火骄阳，每名女性都免不了备上一瓶防晒霜，讲究的女性更是不同防晒系数的防晒霜各备上一瓶，反正今年用不完明年再用。不过，皮肤科专家表示，今年没用完的防晒霜，到了明年防晒效果就会大打折扣，开封后的防晒霜，最好当年用完。

防晒霜开封后有效成分打折

记者走访市场发现，一般防晒霜的保质期为3年，有的长达5年。今年没用完明年接着用的大有人在，甚至还有人一瓶防晒霜能用3年。

皮肤科专家表示，虽然防晒霜是夏天女性的必备护肤品，有的人甚至储备好几瓶，认为反正今年用不完明年可以接着用，不会浪费。殊不知，这种做法不但会使皮肤晒伤，还容易引起皮炎。虽然防晒霜瓶身标注的保质期为3

年甚至5年，但开封后其性能最稳定、最有效的期限是一年，超过一年，其中含有的防晒剂效果会大打折扣，无法起到防晒作用，涂抹这样的防晒霜很容易被晒黑，如果到紫外线比较强的地方还容易被晒伤。

隔年防晒霜可涂身上

专家表示，虽然隔年防晒霜不一定会对肌肤产生副作用，但可能达不到预期的防晒效果，很容易让皮肤在太阳光的直射下变红、变黑，甚至受伤。防晒霜开封后最好在一年内用完，如果觉得隔年防晒霜扔掉太可惜，可涂在身上，仍能起到一定的防晒作用。所以，在购买防晒霜时可选择生产日期较近的防晒产品。

另外，需要提醒的是，在涂抹防晒霜前应先涂一层保湿霜，尽量不要让防晒霜直接与皮肤接触，这样既能给皮肤补充一些水分，又能减少对皮肤的刺激。