



用够了各种牌子的产品,很多达人开始了自己的护肤创意,买点小材料,或是利用下家里的小东西,拌啊、搅啊,各种DIY护肤产品就此出炉。因为价格实惠,效果不错,而且还有自己动手的成就感,让很多MM乐此不疲。这次,我们网罗了不少护肤品DIY制作的方法,介绍给那些正准备蠢蠢欲试或者正在找寻新方法的护肤达人们。为了确保方法的安全性,我们还特地邀请了U+护肤首席技术顾问、Orange Shop护肤技术顾问雨田来对所有的方法进行点评。

## DIY 护肤 自己的美丽自己作主

文 / 黄莺

### 》》中药材也能拿来做面膜

这里要介绍的是几款用中药材配置的面膜,不一样的材料肯定会给你不一样的护肤体验。

#### 1. 淡斑滋养面膜

**配方:**当归、桃仁、川芎、白芷、白附子、白及粉各等量,鲜乳、蜂蜜各适量。

#### 制作方法:

- (1)将以上6种中药粉各50克,混合后装瓶备用。
  - (2)然后取瓶中混合好的中药粉1小匙,放入碗中。
  - (3)加鲜乳适量调成糊状。
  - (4)再加蜂蜜1毫升混匀。
- 用法:**用小刷子将面膜均匀地涂于脸上,20~30分钟后洗净,每周2~3次。

**顾问点评:**当归、桃仁、川芎有活血化瘀的作用,而白芷、白附子、白及能促进黑色素代谢、增白淡斑,配上鲜乳、蜂蜜,可以让皮肤更滋润光泽。适用于黑斑粗糙、萎黄暗沉的肤质。

#### 2. 玫瑰淡斑面膜

**配方:**当归、桃仁、白芷、绿豆、白茯苓、白及各等量,玫瑰精油3滴,玫瑰花水适量。

#### 制作方法:

- (1)将以上6种中药粉各50克,混合后装瓶备用。
  - (2)然后取瓶中混合好的中药粉1小匙,放入碗中。
  - (3)加玫瑰花水适量调匀。
  - (4)再加玫瑰精油3滴混匀。
- 用法:**用小刷子将面膜均匀地涂于脸上,20~30分钟后洗净,每周2~3次。

**顾问点评:**这组配方有活血淡斑,增白滋养的功效,适用于各种肤质的活肤美白保养,四季皆宜。尤其适合于暗沉、黑斑、萎黄的成熟肤质,年龄在25岁以上人群适用。但是有一点要注意,就是玫瑰精油的稀释比例,如果比例不同,使用时的剂量与效果也会不同。

#### 3. 珍珠(胎盘)抗皱面膜

**配方:**当归、白芷、白茯苓、白及、杏仁粉各等量,珍珠粉或胎盘粉1/2量,水适量,蜂蜜少许。

#### 制作方法:

- (1)将当归、白芷、白茯苓、白及、杏仁粉各50克、珍珠粉或胎盘粉25克,混合后装瓶备用。
- (2)然后取瓶中混合好的中药粉1小匙,放入碗中,加水适量调成糊状。
- (3)再加入少许蜂蜜混匀。

**用法:**用小刷子将面膜均匀地涂于脸上,20~30分钟后洗净,每周2~3次。

**顾问点评:**此组配方有活血亮肤、美白抗皱的功效,适用于衰老松弛、皱纹密布的肌肤。在炎热的夏季或者是油性皮肤者DIY的时候可以不加蜂蜜。另外,因为珍珠粉、胎盘粉的种类很多,价格差异也比较大。但用于面膜,选普通等级即可。

#### 4. 玫瑰活肤面膜

**配方:**当归、白芷、绿豆、淮山、白及、杏仁粉各等量,玫瑰精油2滴,玫瑰花水适量。

#### 制作方法:

- (1)将6种中药粉各50克,混合后装瓶备用。
  - (2)然后取瓶中混合好的中药粉1小匙,放入碗中。
  - (3)加玫瑰花水适量,调成糊状。
  - (4)再加玫瑰精油2滴混匀。
- 用法:**用小刷子将面膜均匀地涂于脸上,20~30分钟后洗净,可每周2次。

**顾问点评:**这是一款比较全效的配方,有美白、活血、红润、紧实、细致肌肤的作用。适用于各种肤质,尤其是老化、粗糙、松弛、黑斑、暗沉的肌肤。使用前最好能进行祛除面部角质的处理,更好地吸收活性成分。



U+护肤首席技术  
顾问雨田

### 》》DIY 护唇告别嘴唇干裂

秋冬季节一到,很多人的嘴唇就开始干裂,即使狂抹润唇膏还是阻挡不了脱皮的命运。其实在我们生活里有很多可以滋润裂唇的小材料,只要稍稍动下手,即使再冷的冬天,你的嘴唇也可以水水的。

#### 配方一:蜂蜜一勺+维E胶囊若干

#### 做法:

- (1)用针刺穿胶囊,将维E溶液挤进蜂蜜里。
- (2)将混合物搅拌成淡黄色糊状。
- (3)睡觉之前用棉棒取一点轻轻抹在嘴唇上。

**效果:**可以与美容院做护唇后的效果媲美。

**缺点:**自制力不强的MM,很容易不自觉地就把涂在嘴唇上的蜂蜜舔干。

#### 配方二:酸奶一勺+新鲜柠檬汁两三滴

#### 做法:

- (1)酸奶混合柠檬汁后,搅拌均匀。
- (2)放入冰箱冰15分钟。
- (3)用棉棒均匀涂抹在嘴唇上后,用一块大过嘴唇的保鲜膜盖住,10分钟左右揭下。

**效果:**干燥起皮的嘴唇恢复鲜嫩光泽。

**缺点:**御寒能力不强的MM,要忍受冰冻的感觉15分钟。

#### 配方三:婴儿油+橄榄油各几滴

#### 做法:

- (1)将婴儿油和橄榄油搅拌均匀。
  - (2)洗澡前用棉棒沾上混合油,以螺旋状的方式涂抹在嘴唇上。
  - (3)洗澡后再重复涂抹一层便可。
- 效果:**嘴唇会在几天内保持水般滋润。
- 缺点:**稍有油腻感。

**顾问点评:**以上介绍的三个小方法,都是以软化角质,锁水保湿和滋润双唇为主要目的。但要想真的拥有一个美唇,还得从生活细节做起。比如不要随意舔唇,舔唇虽然会带来短暂的湿润,但当这些唇部水分蒸发时会带走嘴唇内部更多的水分,导致唇黏膜发皱,变得更加干燥。需要特别注意的是,柠檬属于刺激性果蔬,虽然富含维C,但是酸性很强,易灼伤皮肤,造成干痛、发红,使用时注意,时间不宜过长。

### 》》去黑头也可以这么简单

用什么办法可以彻底清除是当下很多人关心的问题。说到去黑头,网友vivian6395有个自制的简单方法,只要花一点点钱就能轻松去黑头,让人想偷懒都难。

**材料:**小苏打粉(食用苏打粉)

#### 制作:

- (1)小苏打粉少量(酸奶随送的塑料小勺子,半勺就可),加纯净水或矿泉水,按照1:10的比例,用小勺搅拌,直到小苏打粉溶解。

(2)取一片化妆棉泡在里面,轻轻拧一下水分,半干的状态下,贴在下巴、额头等油腻处,15分钟后拿下来,不要等到干透。

(3)用2张柔软的面巾纸,在鼻子上来回搓揉,黑头和油脂粒会被擦下来。

(4)最后用收缩水蘸化妆棉敷在鼻子上5分钟。或是提前冰一些小冰块,用纱布包裹,清理后在鼻子周围来回滚动5分钟,收缩毛孔效果会更理想。

**用法:**一周1到2次。坚持2个月你会发现黑头越长越少,到那时半个月一次便可,最后一个月一次都可以的。

**顾问点评:**小苏打粉属于碱性物质,而我们皮肤分泌的油脂属于酸性,酸碱中和很容易就能把黑头溶出来。但如果你是敏感皮肤,还是尽量少用为好,也不要用在娇嫩的两颊。现在很多超市和小店里都有卖小苏打粉,而且价格也很便宜,2元左右一包,一包可以用60次以上,十分划算。

