

## 피부 청결이 필수

여름철에는 땀과 피지분비로 인해 화장이 쉬 지워지고 콧잔등이 변들거리게 된다.

항상 깔끔한 모양을 유지케하는 효과적인 손질법을 안내한다.

▲**피부표현**=약간의 유분기는 콤팩트 퍼프로 눌러주고 변들거리거나 얼룩이 심할 경우 화장수를 적신 탈지면으로 땀과 먼지를 깨끗이 닦아내고 수정한다.

외출시 수정할 때는 파운데이션과 콤팩트의 이중효과를 가지고 있는 트윈 케이크를 이용하면 간편하다.

▲**입술화장**=립스틱 색감이 옅어져 립스틱을 다시 발라야 할 경우 입술을 말끔히 닦아내고 퍼프로 눌러준 후 립스틱을 바른다. 이때 파운데이션을 덧바르고 수정하면 입술의 주름사이로 립스틱이 먼저 윤곽 밖으로 퍼질 수 있으므로 주의한다.

립스틱이 번졌을 경우 번진 부분을 면봉으로 닦아내고 티슈로 한번 누른 다음 덧바른다.

▲**화장을 보다 오래 지속 시키는 방법**=가장 중요한것은 피부의 청결이다. 피부가 더럽다든지 유분이 많으면 좋은 화장 효과를 낼 수 없다.

이를 위해서는 철저한 이중세안(클린 싱크림세안+물세안)을 해야 한다. 특히 이마 코 턱의 소위 T존 부위는 지방이 많으므로 평상시 스크럽 타입(비누 원료가 깔끄러운 입자로 남아있는 것)의 세

안료를 사용하지 않더라도 여름동안 일주일에 1~2회 정도 쓰면 효과적이다. 또 T존 부위에 부분 팩을 해줘도 좋다.

## 자외선과 피부

▲**자외선과 피부색소침착**=자외선이 우리 인체에 미치는 영향에는 여러가지이로운 점이 많이 있다. 자외선은 체내에서 D를 형성시켜 건강을 유지시키기도 하고 살균소독작용이 있어 피부병을 치료하는 역할을 하기도 하며, 피부를 알맞게 그을려 건강해 보이도록 한다. 하지만 이러한 정도의 자외선은 일조량이 매우 풍부한 우리나라에서는 특별히 신경을 쓸 필요가 없다.

자외선을 필요이상으로 받게되면 피부색이 검어지며 기미·주근깨등 잡티가 늘어나고, 붉게 부풀어 오르거나 피부 껍질이 벗겨지므로써 피부조직이 파괴되어 피부노화를 촉진시키게 된다.

이와같이 피부가 자외선을 받아 검게 그을리거나 타는 현상을 일소라고 하는데 일소는 선텐과 선번으로 분류할 수 있다.

선텐은 피부를 햇빛에 노출시켰을때 피부가 거므스름하게 그을리거나 타는 현상을 말하며 선텐은 햇빛을 받은 즉시 피부색이 변하는 것은 아니다. 거의 48~72시간이 지난 후 서서히 소맥색의 피부색깔로 변하게 된다.

선번은 강한 자외선에 오랫동안 노출되어 피부가 심하게 손상을 입은 상태로 자외선에 의한 일종의 화상이다.