

봄철 피부상태와 손질법



정진양

불안정한 봄철 피부

피부는 기후변화에 민감하게 반응한다. 특히 밤낮으로 기온차가 심하고, 겨울에 비해 갑자기 일조량이 많아지는 봄철에는 피부가 갑자기 밸런스를 잃기가 쉽다.

따라서 피부상태도 일정치 않아 이마나 턱, 코주변의 T존 부위는 번들거리고, 뺨 부위는 읍조이고 버석거린다고 호소하는 분들이 많다.

이러한 피부상태를 고려하지 않고 겨울에 사용하던 유분감이 많은 화장품류 만을 고집한다면 뽀루지나 여드름, 잔주름의 원인이 될 수 있다.

우선 피부손질에 앞서 거울을 보면서 얼굴을 잘 관찰해 보자. 그러면 어디가 번들거리고, 어디가 버석거리는지를 알 수 있을 것이다. 자신의 피부상태를 알기 위해서는 세안 후의 피부보다는 세안전의 피부

상태를 체크해 보는 것이 좋다.

그리고 자신의 피부상태에 맞는 손질을 시작해보자.

번들거리는 부위 손질

번들거림은 얼굴 전체에 나타나기 보다는 피지선이 많이 분비되는 이마·코·턱 등의 기존 부위에 나타나는 것이 일반적이다. 이렇게 느껴지는 부위는 청결히 하고, 피부온도를 내려주는 것이 필요하다.

따라서 메이크업을 했을 때는 클렌징 크림과 폼클렌징크림의 이중세안을 반드시 하도록 하고, 세안 시 비누거품을 충분히 내어 약간 힘을 주어 씻어주도록 한다. 마지막 헹굼 시에는 찬물로 피부를 톡톡 두드린다.

세안 후에는 유분보다는 수분 위주의 손질을 하도록 하며, 특히 수렴효과가 많은

이마나 콧잔등 부위는 그린토닝로션을 화장솜에 충분량 묻혀 패딩해 주면 피부온도를 내려주는 효과가 있다. 영양화장수의 양은 극히 소량만을 사용하는 것이 좋다.

미용능축액은 수분공급효과가 우수한 것들

봄철에 사용하는 영양크림이나 에센스는 특히 유분감이 많은 것보다는 수분공급 효과가 좋은 것을 선택하는 것이 좋다.

수분공급효과가 좋은 것은 산뜻한 사용감으로 봄철피부에 부담감을 적게 하면서 촉촉한 피부를 유지시키는데 효과적이기 때문이다.

피부거칠음이 심한 부위

밤낮으로 일교차가 심하고 건조한 봄바람과 차가운 꽃샘 바람이 각질층의 수분을 빼앗아 봄철에는 일반적으로 자신의 피부

가 건조하다고 느끼기가 쉽다. 그러나 실제로 자세히 살펴보면 뺨과 입주위 등 부분적으로 나타나는 경우가 많다.

이러한 피부상태를 그대로 두면 피부잔주름의 원인이 될 수 있으므로 걱정되는 부위에는 충분량의 영양화장수와 영양크림을 발라주는데, 이때 겨울철보다는 다소 유분감이 적은 그린이나 화이트제품을 바르는 것이 좋다.

불안정한 피부엔 마사지로 활력

겨우내 움추렸던 신체에 운동이 필요하듯이 피부에도 마사지로 활력을 주도록 한다. 세안 후 그린마사지크림으로 피부결 방향인 안쪽에서 바깥쪽을 향하여 부드럽게 마사지하는 것을 일주일에 2~3회 실시한다.

이 때 콧망울이나 턱주위 등 T존 부위는 약간 힘을 주어 강하게, 눈이나 볼 등 민감한 부위는 약하게 하도록 한다.

일교차가 심하고
일조량이 많아지는
봄철에는
피부가 갑자기
밸런스를
잃기 쉽다.





자외선은 봄부터 강해지기 시작해서
6월에 피크를 이루는데,
자외선의 강도가 가장 강한 6월부터
봄철에 받는 자외선이
피부에 더 치명적이다.



마사지는 음악을 들으면서 리드미컬하고 편안한 마음으로 실시하면 훨씬 효과적이다.

봄철 자외선 대책이 시급


자외선은 봄부터 강해지기 시작하여 6월에 피크를 이루는데, 자외선의 강도가 가장 강한 6월부터 봄철에 받는 자외선이 피부에 더 치명적이다.

왜냐하면 겨울동안 직사광선을 받을 기회가 적어 일광에 대한 저항력이 약화된 상태여서 갑자기 봄벌의 강한 자외선을 받으면 기미·주근깨가 생기거나 거무칙칙해질 확률이 높기 때문이다.

일반적으로 피부는 자외선을 받으면 멜라닌 색소를 생성하고 정상적인 피부의 경우 이 멜라닌색소를 각화과정과 함께 무색으로 환원시킨다. 그러나 겨울동안 움추렸던 봄철피부는 신진대사가 원활치 못하여 멜라닌 색소가 그대로 침착되어 기미·주

근깨 피부·거무칙칙한 피부로 남는 것이다. 따라서 봄철에는 어느 때보다 자외선 대책에 신경을 써야 한다.

평소에 메이크업을 하고 다니는 것도 자외선 차단에 효과적이다. 특히 자외선 차단 효과가 있는 투웨이케이크류를 사용하면 더욱 좋다. 파운데이션과 파우더의 분말입자는 자외선을 반사시켜 피부에 자외선이 직접적으로 닿지 않도록 보호해주는 기능을 하기 때문이다.

완벽한 자외선대책을 위해서는 메이크업과 함께 스킨케어를 동시에 하는 것이 좋다. 따라서 장시간 외출한 후 집에 돌아오면 메이크업을 깨끗하게 지우고 마사지와 팩으로 피부의 혈액순환을 원활히 하고 피부 자체가 건강을 유지하도록 하여야 한다. 특히 자외선으로 인해 잔주름과 기미·주근깨가 생기기 쉬운 눈주위는 미백효과가 우수한 파우더 에센스를 섬세하게 꾸준히 발라주도록 한다. 

(에바스 화장품 미용기술과)