

**M2F**M2F  
Circulation: 600,000  
Ad Rate: 1,770

Section: First Section/WORK &amp; LIFE: STYLE

วันที่: พุธที่ 29 ตุลาคม 2558

ปีที่: - ฉบับที่: 992

Col.Inch: 55.07 Ad Value: 97,473.90

หัวข้อข่าว: เคล็ดลับดูแลผิวสวยสุขภาพดี

หน้า: 16(ล่าง)

PRValue (x3): 292,421.70

ศิลปิน: สีสี่

# เคล็ดลับ ดูแลผิวสวยสุขภาพดี

ใครๆ ก็อยากมีผิวสวยสุขภาพดี ถ้าจะให้สวยทั้งที่ต้องสวยสุขภาพดีจากภายในสู่ภายนอก ด้วยการดูแลสุขภาพผิวแบบองค์รวมทั้งด้านอารมณ์และจิตใจ ด้วยวิธีการดูแลตัวเองแบบง่ายๆ จากไลฟ์เซ็นเตอร์

**1. ทำความสะอาดผิวหนังอย่างถูกวิธี** ต้องเช็ดเครื่องสำอางออกก่อนการล้างหน้าทุกครั้งด้วย Cleansing หรือ Remover เพราะจะขจัดสิ่งสกปรกและสารตกค้างในผิวออกได้อย่างหมดจด

**3. ทาครีมบำรุงผิวที่หน้ากลางวันและกลางคืน** ทาครีมบำรุงพร้อมนวดหน้าระหว่างที่ทำผลิตภัณฑ์ลงบนผิว ซึ่งจะช่วยกระตุ้นการดูดซึมของเนื้อครีมเข้าสู่ผิวหน้าได้มากยิ่งขึ้น

# M2F

M2F  
Circulation: 600,000  
Ad Rate: 1,770

Section: First Section/WORK & LIFE: STYLE

วันที่: พุธที่ 29 ตุลาคม 2558

ปีที่: - ฉบับที่: 992

Col.Inch: 55.07 Ad Value: 97,473.90

หัวข้อข่าว: เคล็ดลับดูแลสุขภาพผิวสวยสุขภาพดี

หน้า: 16(ล่าง)

PRValue (x3): 292,421.70

ศิลปิน: สีสี่

**2. หลีกเลี่ยงหมวกที่ความสะอาดผิวด้วย  
โทนเนอร์** ทำความสะอาดผิวด้วยการเช็ด  
จากด้านล่างขึ้นสู่ด้านบน เพื่อเป็นการช่วย  
เพิ่มความชุ่มชื้นให้กับรูขุมขน และ  
ทำความสะอาดรูขุมขนได้อย่างมี  
ประสิทธิภาพ และควรเลือกโทนเนอร์  
ที่เหมาะสมกับสภาพผิว

**4. ควรใช้ครีมกันแดดที่มีค่า  
SPF 30 PA+++ ขึ้นไป** ใช้ครีมกันแดดเป็น  
ประจำทุกวันเป็นสิ่งสำคัญในชีวิตประจำวัน  
แสงแดด คือตัวเร่งเม็ดสีใต้ชั้นผิวหนัง ทำให้  
เกิดฝ้า กระ จุดด่างดำ เพราะฉะนั้น การใช้  
ครีมกันแดดที่มีประสิทธิภาพจะช่วยลดและ  
ป้องกันการผลิตเม็ดสีได้ดียิ่งขึ้น