

- 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇 〇〇
- 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇 〇〇〇〇-〇〇
- 〇〇 〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇 〇〇〇〇-〇〇
- 〇〇 〇 pm2.5 〇〇 〇 〇〇〇 〇〇〇
- 〇〇 〇〇〇
- 〇〇 〇-〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇w〇〇〇〇〇〇〇〇
- 〇 〇〇〇-〇〇〇
- 〇 〇〇〇-〇〇〇 〇〇〇〇〇-〇〇〇〇 〇〇〇
- 〇 〇〇〇-〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇 〇〇〇 〇〇
- 〇 〇〇〇-〇〇〇 〇〇〇
- 〇 〇〇〇-〇〇〇 〇-〇〇
- 〇 〇〇〇-〇〇〇 〇〇〇
- 〇 〇〇〇-〇〇〇 〇
- 〇〇〇 〇〇〇〇-〇〇
- 〇〇〇 〇〇〇〇-〇〇 100
- 〇〇〇 〇〇〇〇-〇〇 50
- 〇〇〇 〇〇〇〇-〇〇
- 〇〇〇 〇〇〇〇-〇〇 50
- 〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 4
- 〇〇〇〇〇〇 jan
- 〇〇〇〇〇〇 jan〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇 jan
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇-〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇 100
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇-〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇〇〇-〇〇〇 〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇〇-〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇
- 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇

- [\[KHT200\] 4mm 200cm](#)
- [2020-01-13](#)
- [4.0mm 0.4mm 2m](#)
- [24](#)
- [50](#)
- [W](#)
- [23cm 24](#)
- [2020](#)
- [sns](#)
- [@cosme](#)
- [mediheal](#)
- [10](#)
- [2019](#)
- [2019 9 25](#)
- [top15](#)
- [mediheal](#)
- [600](#)
- [4 5](#)
- [1](#)
- [femmue](#)
- [lits](#)
- [brandinfo](#)
- [14 1](#)
- [innisfree](#)
- [innisfree+](#)
- [innisfree+](#)
- [innisfree](#)
- [wine jelly](#)
- [innisfree](#)
- [@cosme](#)
- [3](#)
- [115](#)
- [1](#)

[KHT200] 4mm 200cm
2020-01-13

4.0mm 0.4mm 2m
24
50
W

23cm 24

2020
sns
@cosme
mediheal
10 (vita lightbeam essential mask pack 10pcs)
2019
2019 9 25
top15
mediheal
600 (640/100 ml)
4 5
1
> femmue ()
< lits () lits ()
brandinfo
14 1
< innisfree
innisfree+
innisfree+
innisfree
wine jelly
innisfree
@cosme
3
115
1

1. **UV 光線**：UV-A 和 UV-B 光線會損害皮膚細胞，導致皮膚乾燥、紅腫、脫皮，甚至增加患皮膚癌的風險。使用含有 SPF 30 或以上防晒係數的防晒霜，並避免在正午時分長時間暴露在陽光下。

2. **化學刺激**：避免使用含有酒精、果酸、維他命 C 等刺激性成分的化妝品，這些成分可能會破壞皮膚屏障，導致敏感。選擇溫和、無香料、無防腐劑的護膚品。

3. **過度清潔**：過度清潔會破壞皮膚的天然油脂屏障，導致乾燥和刺激。每天只需使用溫和的洗面奶清潔兩次，並使用含有天然油脂的保濕霜。

4. **溫度變化**：極端的溫度變化會導致皮膚血管收縮和擴張，影響皮膚的血液循環和營養供應。避免長時間暴露在極熱或極冷的環境中。

5. **空氣污染**：空氣中的灰塵、煙霧和化學污染物會堵塞毛孔，導致粉刺和皮膚炎。使用含有活性炭或維他命 E 的護膚品，並定期進行皮膚深層清潔。

6. **飲食習慣**：高糖、高油、高鹽的飲食會導致皮膚發炎和水腫。增加攝入富含抗氧化劑的食物，如維生素 C 豐富的柑橘類水果、維生素 E 豐富的堅果和深綠色蔬菜。

7. **生活壓力**：長期的高壓生活會導致皮荷分泌增加，引發痤瘡和敏感。通過運動、冥想和充足的睡眠來緩解壓力。

8. **不良習慣**：避免用手摸臉、擠粉刺，這些行為會導致細菌感染和炎症。保持雙手清潔，並定期更換枕套和毛巾。

總銷量 (單位)	1009	4879
香水	551	346
護膚品	3680	5386
化妝品 (不含香水)	8066	2322
牙膏	7266	6457
pm 2.5 指數	6055	1421
化妝品 (含香水)	6036	2388
牙膏	2564	7348
化妝品 (不含香水)	4188	4718
牙膏	1521	7553
牙膏	7439	4923
牙膏	5184	3198
牙膏	6422	1742
牙膏	3473	1051
牙膏	2410	938
lululun 牙膏	3976	5623
牙膏	8518	7370
牙膏	3949	2893
aeon 牙膏	4268	2354
牙膏	1250	1273
ion net super	7281	8547
牙膏	3598	4013
牙膏	8400	8752
牙膏	2273	6014

1. **選擇合適的護膚品**：根據自己的皮膚類型選擇合適的護膚品。乾性皮膚需要滋潤的霜類產品，而油性皮膚則適合清爽的乳液。

2. **避免過度清潔**：每天只需清潔兩次，使用溫和的洗面奶。避免使用含有皂基或強鹼性的清潔劑。

3. **加強保湿**：使用含有天然油脂、維生素 E 和透明質酸的保濕霜，幫助恢復皮膚的天然屏障。

4. **定期去角质**：使用溫和的去角质產品，如含有果酸或水楊酸的產品，幫助去除老廢角質，促進細胞更新。

5. **避免刺激**：避免使用含有酒精、果酸、維他命 C 等刺激性成分的化妝品。選擇溫和、無香料、無防腐劑的護膚品。

6. **注意飲食**：增加攝入富含抗氧化劑的食物，如維生素 C 豐富的柑橘類水果、維生素 E 豐富的堅果和深綠色蔬菜。

7. **管理壓力**：通過運動、冥想和充足的睡眠來緩解壓力。

8. **避免不良習慣**：避免用手摸臉、擠粉刺。保持雙手清潔，並定期更換枕套和毛巾。

330 silk100 100 “ ” #174 430 rose #165 2 (unicharm sofy) 5 3 2 () 000 login cart hello pm2 femmue() rr[30ml#215] ipi

() 3 8 3 () 1 59 5 5 9 = 9 / 1 1 cocon_makeup 1 (pitta mask) light gray 15 3 #215 @cosme sanmu uv 99 1 femmue() 6 50 3 9 pitta mask 30 shengo 90mm / 7 78 974 (mediheal) 1 325 mainichi 30p .6 (rr)[]

13 pitta mask cm 2019

