

5 เคล็ดลับที่ต้องทำ ถ้าอยากหน้าใสอย่างมั่นใจ



ทานอาหารที่มีโอเมก้า 3
เพื่อกระตุ้นการผลิตคอลลาเจน



ใส่ใจในการล้างหน้า
เอามือลูบหน้าเบาๆ ไม่ควรถูแรง



ล้างเครื่องสำอางให้สะอาด
ด้วยคลีนเซอร์ ไม่ให้มีสิ่งสกปรกตกค้าง



หยุดแคะ แทะ เกา
เพราะถ้ามือยิ่งไปโดนหน้า แบนที่เรี่ยก็ยิ่งกระจาย



ทาครีมกันแดดเป็นประจำ
แม้วันฝนตกหรือไม่มีแดดก็ตาม

