

แม้ว่าสาว ๆ จะเคยชินกับการทาครีมกันแดดอยู่แล้ว แต่หลายคนก็ยังมีเชื่อเรื่องการใช้แบบผิด ๆ จนทำให้ไม่ได้ผลเท่าที่ควร รู้แบบนี้แล้วรีบแก้ไขกันโดยด่วน!

1. จะออกจากบ้านค่อยทา

ก่อนอื่นควรอ่านฉลากให้ละเอียดว่าควรใช้อย่างไร เพราะครีมกันแดดมีอยู่ 2 ประเภท คือ Chemical Sunscreen จะต้องทาออกแดดอย่างน้อย 15 - 20 นาที เพื่อรอให้เนื้อครีมซึมลงสู่ผิวก่อนออกแดด แต่ถ้าเป็น Physical Sunscreen สารกันแดดจะเคลือบบนผิว สามารถทาแล้วออกแดดได้ทันที

2. ทาบางๆ ผิวจะได้ไม่มัน

การป้องกันรังสียูวีให้ได้ผลที่สุดควรจะทำให้เนื้อครีมครอบคลุมทั่วบริเวณที่ต้องการในปริมาณหนาพอสมควร แต่ถ้าใครกลัวว่าหน้าจะมันเดี๋ยวนี้ครีมกันแดดเนื้อบางเบาและดีไซน์มาเพื่อผิวมันก็เจิดไม่แพ้กัน

3. ทาเฉพาะวันที่มีแดด

ไม่ว่าอากาศจะเป็นอย่างไร รังสียูวีก็ยังส่องผ่านมามาทำร้ายผิวได้อยู่ดี ทางที่ดีทากันแดดทุกวันจะดีกว่า สาว ๆ อาจเลือกกันแดดชนิดมีสีหรือเป็นเบสเพื่อเตรียมผิวก่อนแต่งหน้าก็ดั่งงามอยู่นะยูวี

4. ใช้กันแดดผิดประเภท

กันแดดสำหรับผิวนำมาทาตัวได้ (ถ้าไม่กลัวเปลือก) แต่กันแดดผิวนำมาทาหน้าคงไม่ดี เพราะผิวนำบบบางและระคายเคืองง่ายกว่า

5. กันเหงื่อ VS กันน้ำ

ผลิตภัณฑ์กันแดดทั่วไปจะเหมาะกับวันที่ไม่มีเหงื่อหรือเหงื่อออกแค่ซึม ๆ เท่านั้น แต่หากต้องทำกิจกรรมทางน้ำหรือมีเหงื่อออกมากควรเลือกชนิดกันน้ำ (Water Resistant) ไม่เช่นนั้นครีมกันแดดไหลตามเหงื่อไปหมดเป็นแน่

[ขอบคุณข่าวจากไทยรัฐ](#)