当女性年龄变大之后，就不愿意自己照镜子，每一次照镜子都会发现自己脸上的变化，每隔一段时间脸上就会长出一些小皱纹。女性的皮肤失去紧致光泽之后，不仅脸色非常的暗淡，皮肤也开始松弛。

女性在抚摸自己的脸颊时，能明显感到皮肤出现松弛，皮肤没有之前的弹性。实际上这是皮肤细胞，向女性发起了警告，皮肤细胞已经开始老化，失去了原有的活力。那么女性就可以在睡觉之前适当地对自己的肌肤进行按摩，促进皮肤细胞的新陈代谢。

2.正确清洁皮肤

大多数女性在清洁皮肤时都会使用洗面奶，大家可不要忘了，洗面奶也是有很多的化学物质组成的，长期使用洗面奶也会使肌肤表层积累大量的化学物质。实际上用淘米水也可以洗脸，可以轻松地去除皮肤表面的垃圾，减少垃圾的堆积。