

## **Judul: Wajah Awet Muda dengan 5 Langkah Perawatan Anti-aging ala Perempuan Jepang**

Ingin memiliki wajah awet muda bak perempuan Jepang? Perempuan Jepang terkenal memiliki wajah *flawless* dan *glowing* padahal usia sudah tak muda lagi. Rahasianya terdapat pada perawatan *anti-aging* yang gak biasa, lho! Yuk, lihat 5 langkah perawatan *anti-aging* ala perempuan Jepang ini:

### **Tidak lupa membersihkan wajah dengan gentle skin cleanser**

*Cleanser* yang lembut bermanfaat untuk mengangkat kotoran pada kulit tanpa membuat kulit iritasi. Perempuan Jepang biasanya memilih produk pembersih yang menggunakan bahan alami dan aman untuk kulit. Setelah mencuci muka, biasanya mereka menepuk kulit wajah dengan lembut untuk melancarkan sirkulasi darah.

Memilih pembersih wajah juga harus disesuaikan dengan kebutuhan. Saat memakai *make up*, bersihkan menggunakan *cleansing oil* atau *micellar water*. Namun saat kulit tidak terlalu kotor cukup gunakan *facial wash*.

### **Gunakan lotion untuk menjaga kelembapan kulit dan terhindar dari tanda penuaan**

*Lotion* bermanfaat untuk menjaga kulit agar tetap terhidrasi, *plumpy* dan *supple*. Kulit yang terhidrasi dengan baik akan terhindar dari berbagai tanda penuaan dini seperti *wrinkles* dan *fine lines*. *Lotion* juga membantu mengecilkan pori dan menjaga kadar PH kulit.

Konsistensi *lotion* biasanya sangat ringan, sehingga mudah menyerap pada kulit. Gunakanlah *lotion* atau *hydrating toner* setiap hari agar kulit lembap dan siap menerima penyerapan produk selanjutnya.

Baca juga: Ketahui lebih banyak tips mencerahkan wajah dengan skincare ala Bellinda Putri. → <https://review.bukalapak.com/beauty/7-cara-mencerahkan-kulit-dengan-produk-skincare-lokal-ala-blogger-bellinda-putri-44901>

### **Pilihlah produk yang kaya kandungan kolagen sebagai anti-aging**

Kolagen adalah kandungan yang sering ditemukan dalam rangkaian *skincare* asal Jepang. Tak hanya itu, perempuan Jepang terbiasa mengonsumsi minuman, makanan, kue hingga suplemen berbahan kolagen.

Baca juga: Selain menggunakan kolagen, perempuan Jepang melakukan beberapa kebiasaan agar awet muda, yuk cari tahu. → <https://review.bukalapak.com/beauty/lakukan-5-kebiasaan-baik-ini-setiap-pagi-agar-wajahmu-awet-muda-42871>

Kolagen berfungsi untuk mempercepat penyembuhan luka, melancarkan sirkulasi darah, serta mengurangi keriput pada wajah. Kolagen dapat dikonsumsi langsung atau terkandung dalam rangkaian *skincare* seperti serum atau *sheet mask*.

### **Gunakan masker anti-aging setidaknya sebulan sekali**

Wanita Jepang percaya bahwa semakin lembap kulit artinya semakin sehat. Banyak cara yang mereka lakukan untuk melembapkan kulit, salah satunya menggunakan masker. Masker yang digunakan biasanya berupa *sheet mask* yang kaya akan *moisturizer*.

Menggunakan *sheet mask* selama kurang lebih 20 menit bisa mengembalikan kelembapan kulit secara instan. Karena di dalamnya terkandung serum yang melimpah dan bisa diserap kulit secara cepat. Zat aktifnya biasanya berupa *hyaluronic acids*, *collagen* dan *creamide* yang tak hanya melembapkan tapi juga membuat wajah *glowing* seketika.

### **Memijat wajah secara rutin dengan *facial massage***

Saat bersantai atau menonton TV umumnya kita ditemani dengan cemilan. Berbeda dengan wanita Jepang yang memanfaatkan waktu luang mereka untuk memijat wajah. Berbagai alat pemijat wajah bisa ditemukan di toko-toko perawatan kecantikan di Jepang.

Facial massage bisa kita dapatkan lewat online. Tapi kalau mau praktis, cukup pijat-pijat wajah menggunakan jari sesering mungkin. Misal setelah mengaplikasikan *skincare* seperti *toner* atau setelah mandi.

Baca juga: Melakukan face massage juga harus menggunakan krim, lho. Mengapa? → <https://review.bukalapak.com/beauty/ini-5-alasan-wajah-butuh-face-massage-cream-agar-selalu-awet-muda-6027>

Mau membuat wajah awet muda ternyata nggak ribet kan?