标题：3步淡斑法，祛斑也没那么难！

开头：脸上有斑，很难去掉。无论是黄褐斑、妊娠斑、晒斑、雀斑、还是老年斑，都特别的顽固。其实只要掌握3步祛斑法，祛斑也没有那么难。

正文：第一步 抑制黑色素。番茄富含的番茄红素能中断黑色素的生成，通过干扰黑色素的合成美白肌肤，经常使用呢有助于淡化色斑。

第二步 还原黑色素。猕猴桃、柠檬中富含的维生素C能够有效抑制皮肤内多巴醌的氧化作用，是皮肤里深色氧化型色素转化为还原型浅色素，从而达到淡化色斑的效果。

第三步 代谢黑色素。这是最重要的一步！关键在于调理好皮肤代谢，通过正常的代谢通道将沉淀色素代谢出去，可以选择小分子的调理型护肤品，能够更好的被吸收到基底层。

结尾：虽然就简单三步，但也并非一朝一夕，短则3-5个月，长则一年半载，只要开始了，终点就会一天比一天接近。我是xx，护肤问题可私信，有问必回。关注我，分享更多护肤干货。谢谢您，点个小心心！