

## 新鲜美事

### 英国：婚前先整容或美容

英国的准新娘、准新郎婚礼前会考虑先整容或美容，这是一份最新研究显示的。

英国某提供整容手术建议的网站称，英国超过半数的准新娘和39%的准新郎考虑在婚礼筹备期间进行整容手术或美容。该网站对512名准新娘及509名准新郎进行了调查，询问他们是否考虑在婚前进行整容手术。结果发现，58%的女性受访者及超过1/3的男性考虑进行整容，另有11%女性受访者和9%男性已经进行了部分类似工作。女性希望在婚前整容的最主要的原因是，希望自己很上相，其中64%的受访者认为，这会让她们的自我感觉更好，她们的美容计划包括注射肉毒素、牙齿美白、抽脂、隆胸等。而男性则主要为了取悦新娘，60%的人表示，为了自己在新娘眼中更具吸引力，他们会考虑整容。该网站创始人称：“婚礼是许多男女一生中最重要的日子，很多人希望一切完美，包括他们的相貌。”(梁瑜)



### 冬季干手干脚怎么办

干燥的天气、风吹日晒都容易让肌肤呈现“饥渴”状态，而冬季是最容易流失水分的时节，除了脸部的保湿工作，手脚也同样需要保温，面对粗糙、干燥、脱皮、甚至龟裂等问题肌肤的产生，如何利用简单的保养步骤，让想偷懒的美眉可以轻轻松松呵护到寸肌肤呢？其实是有技巧的，且看以下小秘诀的分享，尝试一下，相信你的手脚肌肤也能轻松滋润过冬！

**Tips1: 洗澡水温不要过热** 太热的水温容易破坏肌肤原有的皮脂保护膜，洗后容易让肌肤变得干燥，甚至会有发痒的现象，所以，想避免这些状况产生，首要拒绝过热的洗澡水。

**Tips2: 使用保湿成分沐浴系列** 沐浴的时候，千万别使用清洁力强、去油效果显著的沐浴系列，可以使用一些含有保湿成分的沐浴油或者是含植物油成分的沐浴系列，洗完澡后趁势涂抹在身体的各部位（尤其是手肘、膝盖及脚踝等地方），让身体充分滋润以达到防止水分流失的目的。

**Tips3: 一周一次进行去角质保养** 由于天气干冷，身体新陈代谢变慢，相对地角质层就不容易脱落，加上肌肤干燥又缺水，就会堆积成丑丑厚厚的硬皮组织，所以必须适时地做去角质的清洁保养，例如使用浴盐或者磨砂膏等沐浴产品，但千万别过度去角质，以免出现肌肤更薄、抵御力更低的反效果，建议一周一次即可。(凌洛)

## 找出根源

### 阻击

## 三大眼部问题

25岁以后就需要关注衰老问题，尤其是眼部问题。由于眼部的肌肤最为娇嫩，偏偏眼睛又是活动最频繁、最显眼的部位，问题一旦出现，就会立马增加你的“视觉年龄”。对于眼部保养，日常工作其实比任何急救的突击保养更重要，也更有效。

#### 浮肿

#### 最常见的问题

这应该是很多美眉最经常遇到的问题，一觉醒来，除了眼睛浮肿，还是眼睛浮肿！不过这也是个相对容易解决的问题。

眼睛浮肿原因与饮食习惯和不良的生活作息密不可分。盐分会使水分滞留，使淋巴循环趋于缓慢，所以长期食用高盐分或辛辣食物的人，毒素很可能无法有效排出体外，长期聚集自然出现难看的浮肿。睡前喝太多水、睡觉姿势不当、枕头过低，会在睡觉时使体液一直聚集在眼部，造成体内水分倒流而形成眼睛浮肿。

消除眼睛浮肿，首先要注重内在调理，例如在睡前少喝水，至少在睡前1小时内不要喝水、果汁、饮料等，要尽量饮食清淡，太咸、太辣的重口味食品都要尽量避免。其次，要加强眼部

保健，促进眼部血液循环，所以别盯着电脑显示器不放，工作一段时间就要起来倒点水、伸伸腰、眺望远方。早晨起床的时候使用冰镇的化妆水或眼膜，也有改善浮肿的功效。

#### 细纹

#### 无法避免的问题

眼部皮肤薄，皮脂腺分泌不足，且每天眨眼8000多次，面部表情丰富，所以眼部细纹实在是无法避免的问题。紫外线和各种老化因素都会使皮肤真皮层中的胶原蛋白流失，皮肤失去内部支撑形成凹陷，泪沟、眼袋也会加深眼部肌肤的纹路和阴影。

针对眼部细纹，应选择含高效补水成分的眼霜，质地尽量清爽，以保证眼部肌肤顺畅地吸收养分和能量，避免给眼部肌肤造成负担，产生脂肪粒等问题。玻尿酸、胶原蛋白等都是十分优秀的补水成分，其中以玻尿酸的补水效果为最佳。

#### 黑眼圈

#### 最难解决的问题

黑眼圈应该是很多美眉的心头大恨。一旦有了黑眼圈，真

的就很难摆脱它的“阴影”。其实想要消除黑眼圈，了解它的成因很重要，对症下药才能找到真正的解决方法。

黑眼圈就是眼周肌色素沉淀，大多数人都误以为只要抽空好好补眠，就能亡羊补牢消除黑眼圈。但事实上，黑眼圈的成因比较复杂，不是单纯由睡眠不足造成的。除了遗传因素以及特殊疾病，大部分黑眼圈的成因与日常生活息息相关，睡眠不足、精神压力大、长时间注视近物、抽烟、酗酒、长时间戴隐形眼镜、习惯性揉搓眼皮、卸妆清洁太用力等不良习惯，会造成眼眶周围静脉血管充血与组织水肿，眼周肌肤敏感发炎，甚至引起淤肿，些许红血球积存在真皮层内。眼部皮肤组织单薄且脆弱，如果你让眼部微血管长期处于破裂状态，血液经氧化作用产生有如淤血般的色素沉淀，黑眼圈便慢慢浮现与扩大。

消除黑眼圈，一定要从调整生活作息开始，养成规律且充足

的睡眠习惯，戴隐形眼镜的时间不超过8小时，持续看近物如电脑的时间不超过2小时，温柔卸妆、多补充维生素E和维生素K等。

消除黑眼圈不是一朝一夕能实现的，每天早晚涂抹眼霜或敷眼膜的时候，用指腹从眼头开始沿着上眼线轻轻施力按压至太阳穴，然后再从眼头沿着下眼线按压至太阳穴，强化眼周的血循环，改善黑眼圈。定期用眼膜冰敷10分钟~15分钟，记住要平躺下来敷，才能帮助眼眶周围的静脉血液回流，阻止微血管继续扩张。

(佳佳)



## T区“打包”整形成趋势

分开的五官都漂亮，但合在一起就是不协调。整形也是，整好看了的鼻子、眼睛，搭在一起却总感觉怪怪的。日前，专家指出，整形业内提出将五官“打包”进行T区整形，从整体协调性来整形，“出炉”后的整形效果更佳，五官更协调。

### T区“打包”整形效果更佳

T区就是以鼻子为轴中心，将面部分为小T区、中T区和大大T区三个T区：眉弓、额、鼻、下巴形成小T区，眉、眼、鼻及周围形成中T区，整张脸可被看做是大T区。

专家指出，常有一种情况，那就是分开看都很好看的五官，拼在一起整体效果却不那么好，并不和谐，整形也是一样。传统的五官整形，通常会把鼻子、眉毛、眼睛、下巴分开打造，虽然近年提倡的包括鼻梁、鼻翼、鼻尖等部位的“鼻部综合整形”，在一定程度上

考虑了鼻子多部位的整体和谐感，但鼻部与脸型、面颊的整体感还是没有被考虑在内，整个脸部的协调感仍有欠缺。T区整形就是整体“打包”整形，让脸部五官更和谐。

“打包”整形是否意味着要做更多手术来改脸？专家称，关键还是要根据个人情况选择。面部整形的项目有二十多项，并不需要都做，而是从中挑选有必要的项目组合“打包”。这二十多项整形对应的问题包括低鼻、鞍鼻、鼻根尖低平、鼻翼过宽、鼻小柱短小、眼脸松弛、眼袋、单眼皮、鼻唇沟过深、下颌角宽大、颧骨太高等。专家一般会建议求美者选择其中部分整形项目，项目一般需要分次、分期进行，以保障安全。

### 鼻整形是T区整形重点

T区整形皆以鼻子为轴中心，话说“面部一枝花，全靠鼻当家”，因此鼻整形被认为是T区整形的重点。专家指出，T区整形以鼻整形为代表，现在鼻整形

有不少新观点：一是精确性更高了。以前对鼻的整体效果只能是模糊、抽象的，整出来的效果未必和术前设想的一样；现在设计非常精确，可以精确到毫米，术后效果不会与设想的差太远。二是材料使用上更进步了。无论是组织代用材料的膨体、硅胶，还是自体组织的耳软骨、鼻中隔软骨和肋软骨，都能按需应用在鼻整形上，效果不错。鼻整形应尽量用自体组织调整，外源性的组织代用材料仍以膨体为好，比较安全，但对医生要求很高。

不同的鼻部整形材料有不同的运用，例如鼻梁不够挺，可以用注射玻尿酸或胶原蛋白，也可以用膨体或硅胶假体，或者用自体软骨。如果只是鼻梁稍矮、需要进行一些微调的人，注射玻尿酸、填充胶原蛋白即可，但维持时间短，想保持要反复做。若是鼻梁较低，就一定要做假体，经济条件差的可选硅胶，条件好点的可选膨体；皮肤质地差的人用假体易感染，那就用自体软骨。

(据金羊网)