

新鲜美事

美国人整形更加关注细节

美国美容整形外科医学学会认为,在越来越多的普通人开始接受整容手术后,人们对自己身体的每一个细节都会更加关心,下一波美容热点将是需要各专业人员合作完成的细节美化项目,比如以手术或非手术方法改造眉形以及通过外科方法让双手看起来更加年轻柔美。

未来,化妆师、发型设计师、牙科美容医师等都有可能与整形医师合作,成为整容热潮的受益者。

(据《自我药疗》)



北风吹 润当道

任何时候,不管任何护肤功效,保湿都是必备的前提。当夏日“憔悴”与秋冬干燥交织,保湿又有别的意义:转季时分,温度、湿度变化较大,皮肤适应不了,就容易“感冒”。冬季,紫外线的照射更加无遮无拦,就进一步削弱了皮肤的防御能力。做好充分的补水锁水,让细胞个个水润饱满,排列得紧密而整齐,皮肤的防御能力就会增强,受外界刺激后也不易泛红,而且显得柔润有光泽,更有“余力”做好冬季修护。

面部

许多上班族长时间处于有空调的工作环境,因此水分的定时补充非常重要。除注意保湿外,也要多涂一些滋润成分较多的润肤品及精华素(特别是干性及混合性皮肤),每周进行面膜护理和按摩有助血液循环并能消除水肿现象,而且这类产品的滋养成分多,因此可以每周进行一至两次简单按摩。

眼唇

眼部及唇部较其他部位娇嫩,很容易敏感。冬季眼部肌肤护理方面,你可以选择一支较滋润的眼霜在晚上使用,或者将脸部用的精华素同时涂在眼部四周。唇部由于很容易红肿脱皮,涂润唇膏的次数要更频繁,尽量少用较干的唇膏。

颈部

颈部是各项护肤位置中最容易被忽略的。我们都知道预防脸部暴露于阳光之下的方法,但很多时会忘记自己的颈部,或者怕涂上护肤品后出现油腻感。不过,如果真的置之不理,颈部的状况会很快变差,失去弹性,出现颈纹,肤色变得暗淡,因此必须做好保养工作。

身体

不少朋友以为身体、手、脚在冬季时被重重衣物包围着,不大需要涂滋润的护肤品,其实这是错的。只要是在温度低的干燥日子,身体就会像面部一样变得干燥,而且还可能出现痕迹及脱皮现象。至于手和脚的特别护理,你可以考虑多使用手膜、脚膜,每星期做一至两次就可以。(尚文)

女人三十 美丽悠悠绽放

让美

你快到30岁了吗?是否发现皮肤已经开始问题不断:越来越干,暗淡、松弛,出现皱纹、色斑,甚至早就销声匿迹的暗疮也开始了新的攻势!别心慌,其实女性到了30岁,新陈代谢便开始减慢,如不注意保养,皮肤自然问题连连了。当然,30岁女性的肌肤问题并非一日造成,所以也不可能在一朝一夕间消除殆尽,只有选择适合的保养品再加上耐心、恒心,才能让成熟的美丽悠悠绽放,历久弥香。



美丽问题一

松弛与皱纹

成因:随着年龄增长,女性体内的荷尔蒙发生变化,皮肤新陈代谢周期减缓,胶原蛋白和弹力纤维弹性及韧度降低,由此就形成了我们所看到的小细纹和皱纹。

解决方案

1. 在饮食方面,注意多吃富含胶原质的食物,比如肉皮等。
2. 在日常生活中,注意防晒,不熬夜,保持充足的睡眠。
3. 在选择化妆品时,应选择具有深度补水功能并含胶原蛋白,能加速皮肤新陈代谢,促进细胞更新的功能性护肤产品。

蛋白,能加速皮肤新陈代谢,促进细胞更新的功能性护肤产品。

美丽问题二

暗淡有瑕疵

成因:由于皮肤代谢缓慢,皮肤内部的一些毒素无法排出而造成了暗疮及面疱,表现为毛囊发炎。由于毛囊内聚集着由皮脂腺分泌的油脂,毛囊的角质层变厚,毛囊口变窄,影响了油脂的正常分泌排泄,从而引发各种症状。

解决方案

1. 在饮食方面,要注意营养均衡,可通过食用含有蛋白质、卵磷脂、维生素E等的食品,改善肠胃及肝脏机能,还要注意少抽烟,

少喝酒,少吃油炸及腌制食品,多吃蔬菜、水果、牛奶等食品。

2. 在日常生活中,不滥用药物,应选用温和的专业护肤保养品,并保持充足的睡眠,不熬夜,放松心情。适量补充维生素B,可以起到舒缓神经系统的作用。

3. 在选择化妆品时,应注意选择清洁作用较强的产品,并使用对油性肌肤具有调节作用的护肤品。对已经出现的暗疮和面疱要注意保持疮面卫生,建议在医生指导下,适当使用一些杀菌消炎产品。

美丽问题三

面部色斑

成因:色斑通常是受阳光

中的紫外线照射或化妆品、药物及其他物质刺激后形成的黑色素沉积。一部分色素随着角质层脱落;还有一部分沉淀于底层,通过血液循环排出体外。以上功能一旦失调,便形成了色斑。

解决方案

1. 在饮食方面,应适当节制,少食能导致色素沉积的食品,多摄取富含维生素的食品,尤其应多吃维生素C含量较高的蔬菜和水果,因其可抑制色素分泌。
2. 在日常生活中,保持良好的作息规律,并注意一年四季都要防晒,避免阳光直射。
3. 在选择化妆品时,选择一些优质的专业祛斑产品和美白产品。(凌渡)

身体不同部位整形最佳年龄

随着生活水平的提高,人们对美有了新的认识,从此带动了我国整形美容外科的发展。整形美容的目的就是通过一些外科手术,对身体器官进行矫正和修复,以令其符合人们的审美标准,满足人们的爱美心理。但整形并非意味着可以随心所欲地改造自己的身体,整形医生必须遵循人体生理的客观规律,把握好手术时机和原则,否则可能给求美者带来经济上的损失和心理上的痛苦。

眼睑美容手术

重睑术,16岁以上做比较合适;下睑眼袋整复术,下睑眼袋多发生于40岁以上中老年人,男女均可发生;下睑眼袋摘除术,尤其适用于中老年人中的重度眼袋患者。

鼻部美容手术

隆鼻手术,18岁以上做比较合适。

耳再造术

为了不影响儿童正常的心理发育,一般可在五六岁时进行

手术,此时耳廓大小与成人相差无几,手术对其发育影响不大。

唇腭裂修复手术

唇腭裂患儿尽量在出生后两三个月之内完成唇裂修复手术,在2岁之内完成腭裂修复术。由于唇腭裂修复术后继发的畸形手术尽量在12岁左右完成。

面部除皱术

面部除皱术的适宜年龄为40岁~60岁,但随着主客观需求的变化,30岁~40岁者要求除皱术的人增多,但只适应小范围局部手术。

乳房美容手术

隆胸术,要求隆乳的患者包括乳房发育不良、哺乳后乳房萎缩和变性手术中的男变女

者,其中以第二类患者最常见;乳房缩小术,乳房缩小术最好在乳房发育完全后进行,但如果是严重的巨乳症,即使是未完全发育的少女也可以考虑手术;乳头内陷矫正术,乳头内陷绝大多数是先天性畸形,可先尝试采用非手术治疗,非手术治疗无效的一般采用手术治疗。

吸脂术

手术年龄一般在17岁~52岁,处于生长发育期的未成年人不宜行此手术。单纯局部脂肪堆积,如腹、腰、臀部堆积是最佳的手术适应症。患有严重冠心病、高血压、肺功能不全、糖尿病、凝血机制障碍者属吸脂术的禁忌人群。

进行美容整形手术,同样有风险,在获得美的同时,必须承担手术风险,这就更需要到正规的有资质的医疗机构就诊。(李林)

