

五月花开

美容美体正当时

洛城的五月,花红柳绿,蜂飞蝶舞,姑娘们立即行动,囤在衣柜里的各种美装都开始秀了出来。对于爱美的女性朋友来说,减肥再次火了起来,瘦身成为不少女性的第一要务。

而网上流传的“4月不减肥,5月徒伤悲,6月路人雷,7月男友没,8月被晒黑,9月更加肥,10月相亲累,11月无人陪,12月无三围,1月肉更肥,2月不知谁……”已被很多女性转载并当成激励自己减肥的“名言”。

美容美体好时机

虽然减肥一年四季都可以,但从减肥效果来看,很多人普遍选择夏季减肥确实有一定道理。夏季天

气炎热,出汗增多、能量的消耗也较大。加之夏季食欲减弱,很多女性朋友会利用少食多餐、水果餐等办法控制食量,再加上行之有效的减肥方法,要想在短时间内达到瘦身的效果也并非难事。

洛阳韩影宫美容美体中心负责人崔先生介绍:“很多女性选择夏季减肥,认为夏季最能激发自己的减肥欲望。另外夏季白昼时间长,很多女性会利用中午休息时间去美容院被动瘦身,如果坚持得好,一个月就能看出显著结果了。”海韵美容院的总经理金女士也表示,夏季去减肥的女性明显比其他季节多。

洛阳苗方清颜专业祛痘的蔡店长提醒说,夏天,女性朋友尤其要注意皮肤保养。除了夏季油脂分

泌旺盛容易滋生痘痘外,夏季强烈的紫外线对皮肤的伤害也是很大的,所以女性朋友需要特别做一些防晒护理,以防紫外线伤害。

除了美容塑身,夏天因为肌肤裸露多,很多女性朋友也开始考虑做一些除疤、修复的治疗。“夏天治疗疤痕比较好,因为这一季节皮肤干燥所以吸收快,有助于修复,涂抹在疤痕处的药物会很快出现疗效,这样就不会因为疤痕裸露在外对外观产生影响。”洛阳欣奕除疤的杨经理这样表示。

商家竞亮“活动牌”

面对市场上形形色色的美容美体机构,如何选择一种健康有效的美体减肥方法是很多女性朋友

所关心的。

对此,泰国圣荷丰胸洛阳总代理的廉经理表示:“针对目前女性朋友的需求,我们结合市场,在近期推出了101元丰胸特快项目,还跟晚报·‘美丽汇’合作推出了两次会员免费体验活动。通过这样的体验和尝试,女性朋友可以看看效果如何,这样既省钱又放心。”

“现在,减肥瘦身已经不再是年轻姑娘们的专利,对于那些做了妈妈的女性朋友来说,同样需要保持身材,保持健康。继‘五一’节后,我们还特别推出了母亲节感恩活动,五周年店庆真情回馈活动等,为妈妈们准备了系列的健康互动服务活动。”韩影宫的崔先生表示。

(本刊记者 白鸽)



“六一”儿童节 欣奕除疤送关爱

孩子有疤痕,快来报个名!

调查显示,80%以上有疤的孩子普遍存在自卑、内向、孤僻、不合群的情况。据了解,大部分家长不知道疤痕的危害及有关的常识,正是这样的疏忽,造成了孩子学习、生活、工作和婚恋屡屡受阻,成为孩子人生的阻碍。

“六一”儿童节来临之际,欣奕机构针对儿童小患者举行祛疤免费体验活动,详情如下:

一、60位儿童疤痕患者可免费

费修复疤痕3天。

二、给50名正式修复的小朋友赠送388元祛疤套盒。

烧烫伤疤、手术疤、青春痘疤、疤痕疙瘩以及各种外伤引起的疤痕均可报名参与。

报名电话:64249780

更多疤痕常识请登录:
www.xinyichuha.com

欣奕除疤是专业疤痕修复机构,集疤痕研究、产品研发、疤

痕修复于一体的疤痕服务机构,在全国22个省设有近200个服务中心。

以高品质的除疤产品、专业化的除疤团队、专业的除疤服务中心、完美的售后服务,服务了几十万疤痕患者。所采用的生态无创修复方法,依据于皮肤的原理与疤痕的类型、个人体质进行综合的配案调理,遵循自然、生态修复效果好。



有奖读者互动

征集热线:13707691425

全面解读注射除皱和手术除皱的利弊

有奖问答 800元奖品等你拿

开栏语:为增加读者的参与性与互动性,《休闲周刊·美容》版从本期开始,将推出“有奖读者互动”栏目,专门介绍各类美容常识,美容美体潮流动向等,并请行业内专家答疑解惑,敬请关注!

面部皱纹区分为静态皱纹和动力性皱纹。由于重力作用和面部老化产生的皱纹为静态皱纹,即不笑的时候存在的皱纹;由于表情肌肉运动产生的皱纹为动力性皱纹,即笑的时候存在的皱纹。

注射除皱利弊

1.填充注射除皱:主要是使用伊

维兰、爱贝夫、玻尿酸(瑞兰)、胶原蛋白进行皱纹填充注射,适应症为静态皱纹。

弊端:对于动力性皱纹无效。

2.肉毒素注射除皱:适应症为动力性皱纹,如额纹、川字纹、鱼尾纹。

弊端:面部表情僵硬、皮笑肉不笑,维持时间短,一般3到6个月时间。

3.有的机构通过注射填充物和肉毒素结合的方法来同时解决静态皱纹和动力性皱纹问题,效果满意。

弊端:仍然是3到6个月后出现动力性皱纹,需重复注射、消费,同时有面部表情僵硬的问题存在。

手术除皱利弊

目前最好的方法是微创摆刀除皱,该方法目前已经被中国、韩国等国内数百家美容相关机构广泛使用的最新手术方法,替代了大切口除皱,除皱

效果可达10

年以上,切口很小、

微创,可同时解决静

态皱纹和动力性皱纹两项问题。

弊端:需要动一个小手术。

本期有奖问答:

微创摆刀除皱的发明人是中国人还是韩国人?发明人的姓名?可上网查找。答对的女士将免费获得价值800元的光子嫩肤一次,每人限一次。

奖品提供单位:洛阳亚峰美容机构

有奖问答热线:

(0379) 63917111

健身妙招

跳绳减肥 简便易行

跳绳是一种减肥瘦身操,有测试显示,跳5分钟,每分钟跳140次的运动效果就相当于慢跑半小时。

一、跳绳运动的三大好处:

1.增强肌肉力量:

跳绳不但可以帮你减肥瘦身,还可以让全身肌肉匀称有力。

2.增强身体素质:

跳绳可以让你的呼吸系统、心脏、心血管系统得到充分地锻炼。

3.实用、方便:

这种减肥瘦身方法简单,有趣,不受气候的影响,而且是一种男女老少皆宜的运动,只需要一根绳子就可以达到减肥瘦身的目的,而且对女性尤为适宜。

二、跳绳多长时间才能减肥

为达到减肥目的,跳绳时间不要低于30分钟,因为低于30分钟根本达不到消耗脂肪的目的,但最长也不要超过2个小时,因为多于两个小时的过度训练会使身体极度疲劳。



每周跳绳不应少于4次但也不可多于6次,一般需要有一天的休息和思考,这样效果会更好。

三、注意事项

运动前后要做热身与拉伸

跳绳是一种有氧运动,能够消耗体内多余的脂肪,使肌肉变得富有弹性,但是一定要切记,跳绳结束后,一定要做拉伸动作。拉伸动作能使肌肉分布均匀,防止出现萝卜腿的现象。

跳绳之前做热身和跳绳之后做拉伸,就算长期坚持跳绳运动小腿肌肉也不会过分膨胀,只会适当变结实紧绷,曲线优美好看。(同义)

本版统筹:白鸽

13707691425