



齐鲁晚报
今日泰山

2014年4月18日 星期五
编辑:杨璐 组版:张祯

小伙伴们有没有感觉到,还有半个月就要立夏了!现在泰城低温保持在13度左右,高温23度左右。中午小编走在街上,已经很明显地感到太阳公公的热情,您被这强烈的阳光给吓着了呢?炎热的夏季来临,姑娘们是不是已经准备好防晒、保湿、降温、貌美如花的化妆品呢?

急急迎夏令 对抗大太阳



选款时尚太阳镜 别图便宜买地摊货

到了盛夏时节,白花花的太阳光让人走在路上都睁不开眼,选择一款时尚又实用的太阳镜,在日常生活中不可或缺,俊男靓女们不必拿手遮脸或者纠结着眉头躲避阳光。优质太阳镜阻挡紫外线,保护眼睛,还能为你的造型加分哦。

在银座商城某太阳镜专柜,各种新款的太阳镜已经摆上了柜台,旁边的眼镜盒、纤维布、清洁剂等也纷纷上架。店员介绍,开春之后太阳镜的销量开始明显上升,也有不少老顾客到店里调整眼镜的螺丝,清

洗眼镜。“圆框太阳镜趋向于复古,飞行员太阳镜最早是为飞行员设计的,镜片是大水滴形状,还有D形框的太阳镜,都是今年比较流行的。”

在批发市场和路边摊上,各种颜色、造型的太阳镜也开始凑热闹,有十几块钱的,也有标着原价130元优惠价三十块的。早有不少眼科专家指出,佩戴劣质太阳镜很容易导致“太阳镜综合症”,根本不能发挥太阳镜该有的功能。轻则使眼睛疲劳、疼痛、流泪,引起头晕、恶心、呕吐等,重则有可能

对眼睛角膜、晶体及视网膜造成不可逆转的永久损害。

劣质太阳镜除了便宜一无是处,但一副优质的太阳镜却能为你服务几十年,雷朋、卡里卡里、保圣、鹰视、暴龙、派丽蒙等都是现在比较高端的太阳镜品牌。不过太阳镜只适宜烈日下配戴,日落、阴天、雨天、室内不宜戴。不能不分场合,长期戴着太阳镜,这样即使是很好的镜片,也会让你产生不适感。



西瓜皮做面膜 小脸更白嫩

夏季一到,各类蔬果也开始大丰收,西红柿、西瓜、甜瓜、水蜜桃、李子、杨梅、苹果……听起来就让人很有食欲。夏季炎热,饮食应以清热、消暑、解毒、止渴、利尿为好,时令瓜果是度夏的最好伙伴。不过对于孕期的妈妈,吃些常温蔬果就足够,很多细菌在低温下也可以存活,冰镇的食物容易让孕妈妈感染细菌。

在夏天,人体维生素需要量比普通标准要高一倍或一倍以上,因此,多吃些新鲜蔬菜和水果才是正理,好吃还不贵。要说盛夏最爱,当属汁多味甜红彤彤的大西瓜!西瓜性凉,是消暑解渴的瓜类之首。现在大棚西瓜刚上市,市面上每斤3元左右,想尝鲜的小伙伴,不妨先买一小块来吃吃,再过个几天,一大波西瓜就要靠近啦。

另外,香瓜、黄瓜洗净之后生食,或榨汁之后饮用,都有很好的清热解暑作用。猕猴桃含有大量维生素C,有很好的清热解暑作用,是很多高温和野外作业人员钟爱的水果。桃肉能养血美颜,含铁量在水果中几乎占居首位,当中的桃仁还能活血化痰、平喘止咳。

除了可以吃,水果还可以抹,夏季用水果自制面膜,其中的营养成份,可是很容易被皮肤吸收。西瓜,还是西瓜,将吃剩的西瓜皮,切下一大块,直接涂抹脸部皮肤,5分钟后,用清水洗净脸部,再涂一点化妆水收敛皮肤。一星期做两次,皮肤可保持细腻洁白。柠檬敷面也有同样的效果,用柠檬汁与一只蛋黄一同搅匀,用棉花蘸着涂在脸上,靠近眼睛四周的地方不要涂。15分钟后,用温水洗净。每星期做两次,对皮肤也有美白作用。



四月防晒不及时 五月后悔就晚了

不少MM认为,防晒霜只需要在盛夏阳光猛烈的时候才需要涂,所以在春天和初夏完全不把防晒工作当回事。其实春天气温虽然不高,但紫外线强度并不弱于夏季,阳光肆无忌惮地穿透云层照射到肌肤上,很容易使皮肤晒黑。加上皮肤的新陈代谢周期一般为28天,3月底、4月初受过强紫外线照射后,到5月份就会出现晒斑,而且很难补救,只能等着冬天再把自己捂白。

在某商城美肤宝专

柜,金牌产品被指定为美白隔离防晒霜,产品名称把产品的功能都概括了。该专柜店员说,防晒霜的销量从最近几天才开始增长,初春时节注重防晒的人确实很少,“皮肤的新陈代谢周期是28天,3月底、4月初受过强紫外线照射后,到5月份就会出现晒斑,而且很难补救,只能等着冬天再把自己捂白。”

“如果是办公室族,涂点隔离霜就足够,隔

离霜成分更纯,能隔离彩妆和空气中的脏东西,也能抵挡紫外线。但是如果常在室外接触强光,建议涂高倍数的防晒霜。”店员介绍,不管用隔离霜还是防晒霜,一天下来会产生较多的油污,所以晚上洗脸时一定要彻底卸妆,以防堵塞毛孔。

清洁、拍水、涂抹乳液、擦防晒霜,这是基本步骤。涂完防晒霜10分钟后再外出,因为防晒

霜涂抹后需要一些时间才能被皮肤吸收和发挥作用,每隔3-5小时,涂一次防晒霜。油性肌肤应选择渗透力较强的水性防晒用品;干性肌肤应选择霜状的防晒用品;乳液状的防晒霜则适合各种皮肤使用。一般说来,SPF指数越高,所给予的保护时间越长。MM们可以先做肌肤测试再决定用哪一类防晒霜,让自己不会被晒黑,还能清清爽爽。

本版采写 本报记者 薛瑞

泰山酒业冠名全国竞走大奖赛



4月12日至13日,“泰山酒业”杯全国竞走大奖赛第二站的比赛在新泰鸣枪开赛。本次比赛由国家体育总局田径运动管理中心主办,山东省体育局、新泰市人民政府承办,共有来自全国的14支代表队148名运动员参赛。这是泰山酒业自2008年和2011年以来,第三次冠名此项赛事。

比赛现场气氛热烈,“泰山特曲”、“五岳独尊”的广告牌随处可见,格外醒目。运动健儿们本着“友谊第一,比赛第二”的体

育精神,顽强拼搏,并彼此尊重,他们获得了荣誉,成为“尊者”,受到参赛选手和观众的赞誉;他们在比赛中相互切磋,加深了友谊,“情重泰山”。这种比赛精神也是泰山酒业“尊”和“情”两项品牌诉求的最好诠释。

泰山酒业集团作为鲁酒的领军企业和具有强烈社会责任感的企

业,多年来一直关注和扶持体育事业的发展。在1998年和1999年赞助了山东鲁能泰山足球队,并见证了中国职业足球首个“双冠王”的诞生;近几年又相继赞助了鲁能乒乓球队、山东男子排球队等专业运动队,冠名了2006年全国女子足球联赛、2012年首届泰山半程马拉松赛、全国竞走大奖赛等全国性赛事。

(王金山 张尊淼)

被保险人尹作峰遗失鲁JJS919车辆商业险保卡一份,印刷号:310420135900359785。特此声明作废。