

每天九分钟 彻底歼灭“草莓鼻”



皮肤的毛孔里有所谓的皮脂腺,由于是活的腺体,这就像个炼油工厂,日夜夜都会制造出油脂来滋润皮肤,但是天气一热,炼油厂就会工作得特别起劲,尤其是鼻子周围的皮脂腺。一旦油脂被堵塞住,就容易在毛孔里头氧化干掉,然后变成硬块,塞在毛孔里头将毛孔撑大,便形成所谓的“草莓鼻”。怎样才能丢掉“草莓鼻”这个沉重的包袱?小编来支招教你如何战胜它吧。

米白色的圆形孔状粉刺,有时还会有粉刺突出物。

改善方式:加强去角质。使用像是含有果酸、水杨酸、酵素等成份,或是含有去角质微晶颗粒的产品。

色素型毛孔

原因:空气污染及紫外线等容易诱发麦拉宁色素的生成,肌肤借着分泌麦拉宁色素来保护肌肤,使毛孔逐渐变黑变粗。

毛孔状况:鼻翼两侧总是出现阴影,细看原来是黑黑的小点,仿佛黑头粉刺一般,其实这并不是黑头,而是视觉上所造成的毛孔暗沉。另外,毛孔周围还会出现黑色素沉淀,凹凸不平、脏污等状况,更加重毛孔的阴影现象。

改善方式:针对毛孔进行美白,除美白功效外,还要使用具有调节皮脂分泌及缩小毛孔功能的产品,例如含维生素C、熊苷素成分的产品,同时也要做好防晒工作,注意抵御紫外

线对肌肤的侵蚀。

老化型毛孔

原因:年龄增长、紫外线造成的老化现象。

毛孔状况:肌肤松弛、毛孔(囊)壁缺乏胶原蛋白支撑。毛孔呈“Y”型且粗大,并连结线状排列。

改善方式:加强肌肤紧致。可以选用含有维他命A(A醇)、左旋C、五元胜肽、酵母、大豆等成分的护肤品。

5分钟基础护肤

在改善毛孔粗大状况时,首要任务就是护肤——持续高效的护肤。洁面,敷化妆水,再涂上精华素。

STEP1:先用水温40度的温水泼湿脸部,舒张毛孔以清洗毛孔里的污垢,然后用泡沫型洗面产品搓揉至起泡,往鼻子上来回搓揉,尽量洗出深藏在毛孔里的黑头污垢,接着再用冷水拍脸以达到收缩毛孔的功效。

STEP2:将冷冻过的有收敛毛孔功效的化妆水倒置在化妆棉上,轻轻敷在鼻子上约3分

钟。

STEP3:将收缩毛孔的精华素点在鼻子上,用无名指按压涂开,停留一分钟左右,指温加热能促进精华素的吸收。

4分钟持久底妆

“草莓鼻”的修复不是一两天的事,无论是干性皮肤还是油性皮肤,底妆不仅起到长效保湿、平衡油脂的作用,还能让毛孔隐匿起来。

STEP1:首先用粉刷沾取遮瑕能力强的粉底,以点排的方式从鼻梁向鼻翼两旁毛孔粗大的位置横向推开。粉刷沾上粉底前记得在纸巾上弹掉余粉,避免粉量过多、妆感厚重。

STEP2:T区的粉底略薄,鼻翼多压几下,涂的时候不要反复涂,顺着同一个方向,反复涂的话会把粉卡进毛孔,毛孔就明显了。

STEP3:用粉扑轻轻沾上带有微珠光效果的蜜粉,现在手上轻扑几下扑走余粉,然后在脸上进行定妆,进一步修饰毛孔,注意要顺着毛孔方向扑。

咋让头发长得更快

头发生长缓慢让你很苦恼?虽然没有有什么神奇的产品能让你瞬间拥有芭比一般的长发,但是其实有些小窍门能让你的头发长得快一些。想知道如何能让头发长得快,继续往下看吧!

多吃辣

辣椒素,就是能让辣椒之所以那么辣的化学物质,被证实可以模仿人类自然分泌的长发因子,促进头发生长。所以,多吃辣椒能让你的头发长得更快。

多喝豆浆

豆浆也有同样的作用,豆类中富含的异黄酮可以促进头发生长。如果你不能吃辣,那就多喝豆浆吧。

补充生物素

生物素是水溶性维生素,是脂肪和蛋白质正常代谢不可或缺的物质,也是维持正常成长、发育及健康必要的营养素,无法经由人工合成。如果你的饮食中没有摄入足够的生物素,可能会阻碍头发的生长速度。西红柿、胡萝卜、莴笋和甜菜中都含有生物素,不妨多吃点这些蔬菜做的沙拉。

头皮按摩

按摩头皮能促进血液循环,帮助头皮的角质代谢和死皮细胞的脱落,也能加快头发的生长速度。

减压

已经有确切的研究可以证明压力会导致头发生长缓慢,如果你压力过大,寻找一个健康的缓解压力的方法来舒缓,能让你的头发长得更快。



5步让你的 睫毛宛若天生

在婚礼或者特别的晚宴等场合,假睫毛是让你眼睛瞬间闪亮的秘密武器。巧妙运用假睫毛融入你本身的睫毛中,完全可以达到以假乱真的效果。如何将假睫毛运动得更自然,巧妙放大你的双眼,看看我们给你的建议。

1 裁剪假睫毛使之完全契合你眼角到眼尾的距离和幅度。虽然假睫毛也能美化你内眼角的部分,但不能太接近你的内眼角,这会无意中暴露睫毛的真伪,也很难使之保持稳固。

2 睫毛胶不要涂太多。在假睫毛上只涂抹薄薄的一层睫毛胶,使之维持在半干半粘的状态,太多睫毛

胶只会适得其反。

3 用镊子帮助沾假睫毛。巧用手指先将假睫毛的一端贴在眼尾的睫毛根部(注意,并不是眼脸上),再用小镊子沿着睫毛根部将假睫毛小心粘好即可。如果你还是毛手毛脚的,不用担心,“熟能生巧”是绝对的真理,就像骑自行车一样,你会越骑越顺的。

4 轻压几分钟固定。粘好以后按住假睫毛头尾两端几分钟,直到假睫毛胶能将它们固定住为止。

5 最后一步让真假睫毛融为一体。用睫毛夹轻轻夹翘睫毛,再涂抹少许睫毛膏。此时你的睫毛看上去就宛若天生一般。

编辑:王笑 组版:刘宾