

# 6个小心机 夏日秀发临危不乱

保持秀发亮丽造型持久,不但要去美发沙龙做好专业养护,日常的清洗和正确的秀发护理也必不可少,尤其是炎热的夏季,头油头屑特别多,今天小编就为你带来了几个美发小心机,快来看看吧。

## NO.1 头发细软扁塌,总贴在头皮上

**解决方案:**用吹风机和发胶打造轻盈的发感  
头发细软扁塌,发型师一般建议你的方法是把发根烫蓬,做玉米烫或者将层次打高,这些都能立即让头顶看起来蓬蓬的,但是过不了多久,头顶的头发又会被打回原形,你只能频繁烫发跟或者打层次。其实根本不用这么麻烦,试试抓起头顶的一小撮头发(刘海正后方的这片区域),稍微扭转并将头发向上推挤,再用U形夹固定,这样头顶就会看起来蓬松很多。  
**HOW TO:**剪发时要让发型师注意头发中间部位的层次,而不只是修剪发根,然后利用发尾的蓬松感托起头顶部位的头发,最后喷上发胶定型。

## NO.2 每次头发造型后总是不能持久

**解决方案:**头发也要用“粉底”  
就像我们的脸,想要妆容亮丽持久的法宝是完美服帖的底妆,头发其实也要化妆,尤其是要让它更有质感和富有弹性,就一定要用发乳,它主要的功能就是在头发上覆盖一层极薄的保护膜,既能隔绝过热的温度保护头发不受损伤,又能增加光泽并使造型后的发型更加持久。  
**HOW TO:**湿发的时候将发乳均匀涂在发尾,等头发半干时再使用吹风机或卷发棒造型。

## NO.3 总是玩不转卷发棒

### DIY的造型比不上教科书上的好

**解决方案:**始终保持卷发棒的方向朝下  
怎么自己在家卷发,效果总比不上发型师的好?其实用卷发棒卷发,没有正反手的区别,甚至卷发的方向也都随你意,倒是卷发棒的方向决定了最后发型的好坏。  
**HOW TO:**卷发时,要让卷发棒头朝下,挑起一缕头发从耳朵出绕圈,卷发棒始终保持和脸平行的方向。

## NO.4 烫完的头发洗过几次后就没有卷曲度了

**解决方案:**用手结合造型产品托出力度来,结合手法做出卷曲度  
烫后的头发关键在于保持卷发的弹性,这样卷度才会维持很久,洗完发和上完护发素后,在头发半干不湿的状态下喷上弹力素,才能让头发更加有弹性和质感,而且不像啫喱水或啫喱膏那样容易黏腻。  
**HOW TO:**将弹力素到如手掌心轻柔均匀后重点抹在发梢和卷度集中的部位,从下向上均匀地轻搓于头发上,然后用手指分缕缠绕发梢保持一两分钟并向上轻拢。

## NO.5 碎发很多,和光洁马尾辫无缘

**解决方案:**使用定型发蜡或发胶“控制”碎发  
把大部分的头发往后梳,再梳下面的头发时,抬起下巴能让马尾更加紧致光洁,然后用粗一点的发圈固定,或者是用一般的发圈绑完马尾之后,从马尾里分出一小撮头发,缠绕在发卷上面,再用U形夹固定,这样马尾会呈现上扬的弧度,显很有精神。  
**HOW TO:**把发蜡轻抹在手指尖上,再用手指向上把碎头发插进梳好的发丝中,一定要用向上轻插的方法,这样碎发不容易掉落,或是在手上喷些发胶抚过头发表面,这样也能消灭毛躁和碎发。

## NO.6 头发用腻了精华液或营养水而有油腻感

**解决方案:**控制用量和喷射角度  
营养水或精华类的柔顺液,既能及时补充水份,又能给头发足够的营养,它的分子很小,头发吸收极快,但如果使用方法不正确,反而会增加头发的负担,看上去变得油亮,使用这类产品时,记得不要喷在头皮和发根处,并且用量不能多。  
**HOW TO:**不要直接喷在头发上,因为量一定要控制好,把头微微侧向一遍,拉起头发,将精华液或营养水距离头发15cm处由下向上喷,再用手轻轻抖动发梢即可。



# 瘦身霜 你真的会用吗?

总是被局部脂肪困扰的美女们一定很多都使用过瘦身霜,不论是大品牌还是网络款,也不管是啫喱、乳液还是膏霜,这些不同质地和规格的瘦身霜,如果你没有抹对时间,效果甚微。

瘦身霜的燃脂原理,一般都是依靠咖啡因、茶碱、脂肪分解酶等化学成分。小编在此整理不同材质的瘦身霜最佳涂抹时间和方法,可以让你轻松擅用减肥利器,告别没有头绪一通乱抹的过去,把瘦身霜的作用发挥到最佳。

### 第一类:乳液型

乳液型瘦身霜,睡前涂抹易吸收  
皮肤干燥的女生比较适合这类型的瘦身霜,乳液分子颗粒小易于皮肤吸收,同时水分含量比啫喱和膏霜要高。但由于轻薄的特点,乳液较易挥发不适合长时间涂抹,持久性比较低,所以尽量不要再外出时涂抹。  
乳液瘦身霜最佳涂抹时间应该在睡前,沐浴后皮肤毛孔处于舒张状态,此时涂抹乳液吸收更快,效果更好。睡眠期间不运动,不出汗能保证乳液停留更长时间,这样一整夜的功效必定比白天抹了之后发散掉好很多。

### 第二类:啫喱型

啫喱型瘦身霜,出门前涂效果好  
透明的啫喱型瘦身霜对中性皮肤女生是最佳选择,这类瘦身霜介于乳液

和膏霜之间,持久性比乳液强,但稳定性不如膏霜。沿用乳液轻盈的特点,又加入膏状的稳定,啫喱成为外出时最佳的涂抹类型。  
如果你准备逛街或是跟朋友外出玩乐,可以在出门前半小时涂抹啫喱瘦身霜。这样外出游玩时的运动量能帮助和促进瘦身霜有效成分更好的发挥作用,让你在玩乐中就不知不觉瘦下来,而且现在很多啫喱瘦身霜都带有防晒成分,真是一举多得。

### 第三类:膏霜型

膏霜型瘦身霜,沐浴前使用助燃脂  
皮肤不易干燥的女生就可以使用这类油脂含量丰富的膏霜型瘦身霜。由于涂抹后会比较油腻和粘黏,所以一般在沐浴前使用,然后配合一些有氧运动或是局部按摩,加快吸收速度和燃脂效果。  
如果你是局部肥胖比较严重的女生,小编建议在睡前涂抹膏霜类型的瘦身霜,然后再做运动,这样会提升运动效果。而且等你沐浴之后,身体还会处在运动时的循环状态,这样在你入睡后的4个小时内,都等于在做燃脂运动。

# DIY保湿面膜 打造娇嫩美人

### 爽肤水或矿泉水面膜

用面膜浸透爽肤水或矿泉水,敷脸15-20分钟,取下。这是一款针对肌肤干燥非常有效的应急方案,简单易行,而且成本低廉,爽肤水或矿泉水即可,均是日常生活中最最常见的材料。

### 牛奶面膜

准备一小杯鲜奶,用蒸气蒸脸,将化妆棉吸满鲜奶,敷在脸上15分钟左右,取下,用清水将脸上的牛奶洗净。长期坚持,可以使肤色白嫩白净。

### 银耳面膜

煮一锅银耳,煮烂一些,出锅等凉了以后放进小瓶,搁入冰箱。要做面膜的时候只需取一张面膜纸,用银耳汤泡开敷脸即可。

### 鲜奶马铃薯面膜

鲜奶100克,马铃薯1个,鸡蛋1个,将马铃薯洗净,去皮,磨碎后放入玻璃器皿中。鸡蛋用过滤勺分离蛋清与蛋黄,取蛋黄和磨碎的马铃薯混匀,加入鲜奶,用搅拌棒或筷子将马铃薯、蛋黄、鲜奶搅拌成糊状。稍微加热后继续搅拌均匀,轻轻涂

敷在脸上,15分钟后用温水洗净。此面膜可为干燥的肌肤补充水分,有效改善肤质,使肌肤变得更加光滑水嫩,还能使肌肤更紧致细腻。

### 海藻面膜

将1/3匙海藻粉和1匙甘油,放入矿泉水中搅拌,用化妆绵蘸取后敷在面部,20分钟后,用温水洗净,并涂上面霜。

### 橄榄油面膜

把橄榄油加热至37℃左右,再加入适量蜂蜜,然后把纱布块浸在油中,取出覆盖在脸上,20分钟后取下,这款面膜特别适用于皮肤干燥者。

### 蜂蜜番茄面膜

先将番茄压烂取汁,加入适量蜂蜜和少许面粉调成膏状,涂于面部保持20-30分钟,此款面膜不仅补水保湿,而且还具有祛斑除皱和治疗皮肤痤疮等功能。

### 蛋清面膜

将蛋清打入碗内搅拌至起白色泡沫后,加入新鲜柠檬6-8滴,搅匀直接涂在脸上,此款面膜具有补水滋润皮肤,收敛皮肤的作用。

