

时尚周刊 Fashion

全方位打造你的时尚生活

快报首届秋季美容养生节系列报道之三

秋补! 别忘了给肌肤进补



秋冬“进补”是不少人都知道的养生之道,但是你知道肌肤也需要进补吗?皮肤特别需要营养来解决夏季留下来的痕迹和应付缺水、过敏等几大秋季问题。不过,就像之前所报道的(详见现代快报10月27日B50版、11月3日B33版),进补之前必须通经络、排毒,这样“补”才能真正到位,就像一个水池,必须排出脏水,再注入的水才是清的。否则,为经络不通、毒素沉积的肌肤进“补”,则是“虚不受补”,反而会出现红、肿、脱屑及痘痘的问题。同时,“补”也需要“内外兼补”!

本报记者 史丽君

关键词:补水

到了秋季,总是感觉肌肤干干的,脸色也不那么好看。在夏季我们的肌肤流失了大量的水分,再加上秋季天气干燥,肌肤脆弱,所以适合自己的补水保湿面膜、保湿喷雾、保湿精华,是此时必备之物。但资深美容师提醒说,使用保湿产品前一定要做深层清洁,而不是简单地用洗面奶一洗了之,因为皮肤表面的角质等会“阻隔”水分进入真皮及皮下组织。因此,除了在家做一些普通保养外,去美容院做一次深层的清洁、补水护理也是非常必要的,效果可以说是立竿见影。

许多MM发现,肌肤补水最难做到的就是全身的水嫩感觉,即使全身都抹上护理油,皮肤也只有短时间的嫩感,

怎么才能保持长时间的水嫩呢?赶紧去泡个澡吧,肯定让你的水嫩肌肤立马展现。秋冬泡澡最佳选择是牛奶浴或者是玫瑰保湿浴。宝丽来SPA的美容师告诉记者,其实泡澡是全身补水最好的方法,也是去除疲劳的最佳方法。一般美容院为客人设定的时间在20分钟左右,而在家泡澡的话,温度不宜过高,时间不宜过长。因为太热的水会使皮肤更为干燥,洗得太久不利于缓解肌肤的干燥状况,反而会损伤皮肤肌理,所以秋天洗澡最好用适宜的热度,洗浴时间最好每天不超过10分钟。如果在澡盆里倒入一些牛奶,撒上一花瓣,或者滴几滴精油,会让肌肤得到加倍的滋养。如果是淋浴的话,记得使用滋养型的沐浴乳,清爽型沐浴乳已经不适合在干燥的秋季使用了。

关键词:补充气血

然而,很多人觉得自己在沐浴完以后即使抹了身体保湿乳液,还是很干燥,这是因为保养品没有被肌肤吃透的原因,最好的方法就是按摩。在秋冬,最佳身体保湿方式当属精油按摩护理。当美容师在你的背部抹上精油开始按摩的时候,你会感觉自己的肌肤在“吃”这些精油。美容师表示,假如是吸收性好的肌肤,会比较省油,而这样的肌肤也更加要注重保湿。我们平时在家按摩不到背部的话,也可以选择适合自己的精油或者是身体护理油,按摩自己双手够得着的肌肤,可能一次两次没有多大的感觉,但多几次下来,你就会发现,肌肤变光滑了,也非常有光泽。

小记者了解到,水疗已经日渐成为女性秋冬“进补”的好方式。就像王春美容·SPA的“皇牌全身淋巴排毒按摩”“印弟安热石疗法”“泰式古法草药球疗法”等都利用纯天然的印弟安火山石、原汁原味的泰国中草药等,美体师用经络疏通排毒的手法,增强经络的畅通,行气活血,美体师还可以利用集天地之精华的植物草药油全身涂抹,配合草药油的按摩,有效促进再生和血液循环,补充身体所需的能量和精力!

需要提醒的是,家居护理中,因为秋冬的肌肤更需要营养,仅有保湿功能的护肤品已经满足不了肌肤需求,要使用营养物质比较丰富的膏状面霜了;眼霜也需更具营养,来避免眼部的细纹等状况。

高丽名人 纤体美容中心

全国统一客服投诉专线:400-688-2400

开创健康养生减肥之先河

不敢减?减不掉?减不快?怎么办——
5次韩式养生减肥+2次清肠排脂 7天就是让你瘦

原价800,现在只需200

200元减肥养生一卡通

减肥就是不反弹!

7天减了6斤多 大家看我瘦了吗?

因为胖,受了多少委屈!

因为胖,受了多少委屈,买衣服要挑最大码,好不容易挑中心仪的衣服,售货员一句“您穿不下”,就让心情很落落到极点;电梯一超重,大家肯定都看你;乘公车,凸起的小腹总让人家当成孕妇,尴尬难当,这样的日子,何时才是头?!

不节食,不运动,养生减肥我喜欢!

不节食,不运动,就能轻轻松松瘦下来,当然有秘诀,选择200元一卡通,5次韩式养生减肥加2次清肠排脂,科学组合,完美搭配,体重一天一个样儿,这肚子平了,腰围细了,买衣服,再也不尴尬,走在街上,回头率逐渐增加!

紧急行动 200元7天 能瘦更能省

一家4口齐动员,只为快点瘦!

自从推出200元减肥养生一卡通,高丽名人就成了家庭减肥聚会的首选场所,更有一家4口齐动员,只为快速减掉赘肉。

1天里,王女士3进3出!

减肥真心急,找到适合方法,就要加紧步伐,早上去排脂,中午减尺码,晚上还做肩颈保养,一天3进3出,只为收获美丽。

错过这几天,可能要等明年!

身边姐妹都加入了,我可不能再等,看着她们瘦下来,再看看自己的大粗腿,赶快行动,要不然人家活动一结束,只能等明年!

更惊喜,更火爆,一个电话就知道!
前10名还可免费享受238元的韩式肩颈保养!

比价格 看效果 不信你就来试试

抹平小肚腩 漂亮秀秋装

高丽名人韩式养生减肥采用高科技瘦身方式,尤其针对肚腹赘肉堆积,选择200元一卡通,抹平小肚腩,穿出秋季好身材!

精雕小蛮腰 年轻好几岁

选择高丽名人,跟着美体师的指导一点点往下掉,一周惊人瘦了5公斤,曲线立刻显现,对着镜子,怎么都美不腻!

打造性感臀 紧俏更迷人

年纪大了,皮肤松了,臀部松垮垮的,穿什么衣服都难看,选择200元一卡通,臀围瘦了一大圈,紧致结实,曲线立刻迷人!

根据5年减肥经验总结:

高丽名人韩式养生减肥,针对正常体制女性而言,一般可减7-8斤,体质较为特殊者可减15斤以上。

全国诚信减肥监督热线:010-85804052
www.biglmmr.com

山西路店

龙江店

大行宫店

江宁店

新街口店

苜蓿园店

丹凤街店

迈皋桥店

66670965

66620852

66628525

52167506

66670956

84853001

83197501

85467462