

No. 7 恐老慌

我那怕老的心 无处安放

症状:虽然还没到比较大的年纪,但内心充满对“老”的恐惧,涂抹护肤品、美容、做SPA、微整形成了“救老稻草”,而不是以享受的心情去享受自己现在的美丽。

她病情:南京人有“男不过三(十),女不过四(十)”的习俗,三十岁的生日南京女人必须要很隆重地过。圆圆还记得三十岁生日那天,她和朋友、同事好好地酒吧里high了一场。第二天早上一起来,满心的失落、空虚。之前有位大姐提醒她说,女人一过30,一年一年的过得特别快。直到自己30了,圆圆才发现这话是真理啊。她很怕有一天早上起来照镜子,发现自己老得不像样子了。她和一个姐妹约定:努力存钱,到老的时候去瑞士打最贵的羊胎素。

病理分析:谢医生 南京凤凰岛整形医院中韩医学美肤中心医生

几乎所有的女人都怕老,但如果怕老的恐惧焦虑的心情,已经时刻阻碍自己去享受生活,或者无视自己当下的美丽,就成了一种病态,总将怕老挂在嘴上,也会给身边的人尤其是丈夫造成困扰。

专家意见:舒畅心情 提前护理 内外兼修

其实,衰老是可以提前预防和延缓的,在舒畅开朗的心态基础上,注重保养,把握肌肤护理的节奏,内外兼修,能让年龄在你脸上成为秘密。

谢医生表示,女人过了30岁,皮肤生长周期开始变缓,错过最关键的嫩肤保养期,皮肤会变粗,脸色会变黄,长期的营养缺乏让它变成一潭死水,老化的皮肤得不到及时修复,最后整个皮肤系统形成恶性循环,只能看“年华渐渐老去”。其实,皮肤衰老的两大元凶是缺水 and 胶原蛋白的流失,那么拯救肌肤也应该从这两方面入手。据了解,凤凰岛中韩医学美肤中心最新从韩国引进的“韩国Jeisys”OPT嫩肤平台,就主要解决“水和胶原蛋白”的问题——通过OPT平台的光热,皮下胶原组织遇热收紧,产生新的深层胶原质,并在以后的生长周期里,源源不断产生新的胶原蛋白对皮肤的真皮层进行补充,使皮肤变得饱满紧致又有弹性。而如果肌肤已经形成了黄褐斑、晒斑等问题,可以在OPT的基础上,配合经典调Q镭射多维光,祛除色斑,使肌肤嫩滑无瑕。

据谢医生介绍,一般问题不大的肌肤,只需要3至5次治疗,便可以令肌肤显得雪白娇嫩像年轻了10岁。年龄越大,做出来的效果越显著。



南京凤凰岛整形医院中韩医学皮肤中心发起了“初夏肌肤减龄活动”,购买韩国OPT嫩肤祛斑疗程,买3次送3次;此外,购买韩国OPT+水润嫩肤套餐、韩国OPT+美白淡斑套餐、韩国OPT+面部紧致套餐,买3次送3次。详情请咨询:84405566, 84405599。咨询QQ:654932162、1349802995。地址:南京市中山东路145号全民健身中心10层。

以前我有恐慌症、焦虑症、强迫症、上瘾症……



狂躁症、忧虑症、间歇性狂怒症、注意力缺失症……



那你怎么痊愈的?



我结婚后把这些过错全推给老公,我就好了。



No. 8

倾诉狂

“祥林嫂”般反复倾尽情绪垃圾

症状:只要遇上合适的人,就滔滔不绝地说,同事家庭孩子男人金钱,一切都能成为话题,并且不希望被打断。

她病情:36岁的王女士,是某单位的中层。她有个“癖好”:只要部门有新人进来,她就会对那位新人特别好,相约看电影吃饭喝茶。刚进单位的小常有天终于忍不住找到师姐抱怨说:“我实在忍受不了了,每次她都说自己的不幸婚姻,或者告诉我单位里谁有小三、谁有几套房子。头都快炸了,有时候晚上回家还打电话给我告诉我她的所见所闻。”谁知师姐笑笑说:“我们也是这么熬过来的!”

病理分析:吴晓 南京晓然心理咨询中心咨询师

倾诉其实也是一种好的宣泄方式,通过语言表达的方式来宣泄自己的不满、愤怒、骄傲或者失意、激动等情绪。表达之后,内心会感到舒畅,获得满足感。可如果不把握,发展成过度倾诉——倾诉完还觉得有话要说,对同样倾诉的内容不停地重复仍不想停歇,这就会破坏心理健康。

专家意见:瑜伽、运动缓解压力 寂寞

有安全的环境和信任的对象,适当的聊天倾诉有助于保持健康心态。此外,很多心理疗法可以缓解寂寞,又不至于过分倾诉影响他人。比如心理瑜伽,在静谧的环境中遵循瑜伽老师的指导倾听自己内心的声音,能消除垃圾情绪带来的坏影响。



南京凤凰岛整形机构,斥资500余万,对原有医学美肤平台进行全面升级,引进多台韩国顶级激光美肤设备,并将韩国先进美肤管理理念带回国内。以专业铸就中韩医学美肤超级管理平台。

韩国OPT嫩肤祛斑 3送3

嫩肤 祛斑 补水 美白 脱毛

初夏肌肤减龄: 特惠50%

- ✓ 购买韩国冰点永久激光脱腋毛、唇毛,买3次送3次;
 - ✓ 购买韩国OPT嫩肤祛斑疗程,买3次送3次;
 - ✓ 韩国OPT+水润嫩肤套餐,韩国OPT+美白淡斑套餐,韩国OPT+面部紧致套餐,买3次送3次;
- 本活动2011年5月15日—6月15日,活动解释权归南京凤凰岛整形机构。



“韩国医学激光之父”黄敬远教授授牌
南京凤凰岛整形机构
中韩医学美肤培训医院

★ 皇冠嫩肤 {韩国OPT平台极速嫩肤}

“韩国Jeisys”OPT治疗,皮下胶原组织遇热收紧,产生新的深层胶原质,极速嫩肤;配合P6水养波疗法,水脂膜修复红血丝、毛孔粗大,修复肌肤。
适应症: 肤色暗黄、无光泽、毛孔粗大、肌肤敏感(潮红、脱皮)现象。

★ 钻石祛斑 {韩国OPT、镭射多维光}

“韩国Jeisys”OPT嫩肤平台,光热治疗原理解决雀斑,配合经典调Q镭射多维光祛斑,肌肤嫩滑、无瑕更有效。
适应症: 雀斑、黄褐斑、老年斑、红血丝、青春痘及痘印等。

★ 永久脱毛 {韩国冰点无痛激光脱毛}

韩国冰点永久激光以毛囊在选择性吸收特定波长的光后,结合ST紧肤程序和超导嫩肤的治疗,使脱毛后的皮肤紧致、嫩滑。
适应症: 腋下、面部、四肢、背部、比基尼等部位的多余毛发。

★ 美白之王 {大S美白针、“黑脸娃娃”}

大S美白针促进人体生理美白,提高皮肤抗衰老功能,解毒保肝、清除皮肤色素;纳米炭粉激发胶原纤维和弹力纤维的修复,瞬间祛除皱纹及皱纹,令肌肤恢复年轻弹性。
适应症: 面部色斑、晒后肌肤修复,全身性肌肤暗沉、皮肤粗糙、毛孔粗大。

★ 医学补水 {P6水养美白水润嫩肤}

P6水养波皮肤抗衰老系统,表皮、真皮、皮下三层聚焦,通过向皮肤深层输送充足的水分和营养,重新唤醒肌肤鲜活生命力。
适应症: 肌肤缺水、干燥、细纹增多、肤色晦暗等。

★ 痘痕克星 {动力红蓝光LED祛痘美肤}

动力LED蓝光牵引引起痤疮的痤疮杆菌,阻止痤疮上的化脓、红肿发炎等。红光加速新陈代谢,减少痤疮疤痕的形成。
适应症: 面部粉刺、脓包、囊肿、痤疮、痤疮疤痕等问题。