

给僵僵颈椎喂些热精油吧!

读者宋小姐是一位普通的办公室白领,但常常感到肩膀“很紧”,僵僵的,有时还生疼。洗澡时她最爱把后背对着莲蓬头,那种暖起来的感觉很享受。夏天那会,自己在肩膀两块拔了次罐,不到5分钟的时间,美容师就要求取下来,因为再延长一点点时间肩膀就要被拔出水泡来了,拔下来后两圈黑乎乎的印子!原来宋小姐因为肩颈寒气太重,毒素都无法正常代谢出去。秋天到了,宋小姐特别想保养肩颈,给《时尚》周刊打来咨询电话。恰逢秋冬养生热潮,记者在诗美诗格为宋小姐寻觅到了既享受,价格又很便宜的“热疗法”。据了解,这种“颈椎通络排毒保养”除了放松肩颈外,还能有效地改善偏头痛和睡眠障碍。



■吃什么:热腾腾的能量
■怎么吃:用中西混合式手法“喂饱”颈椎

step1 先将热灸精油滴在手心里,然后迅速反扣在肩颈不舒服的位置,用手心捂热精油。你会感受到针灸般的刺麻感,因为此时精油已迅速渗透进真皮层并参与全身的血液循环。诗美诗格(名角)市场总监杨丽告诉,热灸的精油采用的是专门改善颈椎问题的精油配方,由多种精油调合而成。比如配方中的迷迭香精油能加速代谢、排出体内毒素,天竺葵能打通全身气血循环,百里香具有活血化瘀的作用,薰衣草能起到镇定安抚的作用……别出心裁的“热灸法”既有针灸的疗效,又避免了扎针的紧张和害怕,非常温暖和舒适。

step2 美体师会用中西混合式手法顺着大椎穴等部位进行拨筋、推拿,点穴的同时进行淋巴排毒,按肌肉走向进行逐一舒缓和放松。

step3 将艾炙棒插在木盒里,放置于酸胀的肩颈部位进行熏蒸。对于湿气过重、毒素堆积的情况,进行针对性热疗,去除颈椎寒气,改善肩膀的松软度。

■吃之后:做完之后整个人感觉很轻松!原本僵硬、很紧的肩膀



变得很松软,最主要的是头脑会很放松,偏头痛得到很大改善。如果秋冬季节长期治疗的话,会加快全身气血微循环,手指发麻、四肢发凉的情况得到明显改善,还能治疗肩周炎的疼痛。



正值诗美诗格13周年店庆,现在仅88元,即可体验原价1040元的5项护理:价值160元面部豪华十四步活能护理1次+价值280元背部热力油压放松疗法1次+价值280元面部紧致淋巴排毒1次+价值240元颈椎通络排毒保养1次+价值80元魔力天使全身经络理疗1次。咨询电话:84731444、84791528。



秋季养发 洗头别太勤

干燥的秋季,不仅肌肤会出现各种问题,就连秀发也变得干枯、断裂、分叉,甚至还会出现脱发的症状。那么,在这个季节如何养发、护发,令秀发重现光泽?南京嘛噜啞造型资深造型师关雨杰关sir指出,秋冬养发,应适时减少洗发次数,轮流使用两到三种洗发水,并根据不同发质进行针对护理。

“因为秋天人体新陈代谢较快,秋季掉发会比较严重”,关sir建议,秋季选择两到三种洗发水轮流使用,头皮出油严重的,可以使用去油洗发水和滋养型护发素。洗发前,可以用指腹轻轻蹭头皮,给头皮按摩。两三天洗一次头为佳,“因头皮出油而每天洗发,结果会更出油。因为头发每天都洗,会缺少水分,和皮肤一样,当缺少水分的时候只有靠出油来平衡。”

秋季养发,也可以到发廊进行专业护理,通过发廊专业蒸发器,才会有效果。“每根头发表面包裹着毛鳞片,毛鳞片碰到水和碱(洗发水里含碱)会使毛鳞片打开,然后再用蒸汽机加热可令护发产品深入头发内部结构。”在养发产品方面,关sir建议采用专业装如欧莱雅卡诗、资生堂、歌薇、施华蔻等品牌,不过资生堂目前市场假货较多。

本版撰文 倪晶 快报记者 史丽君

热烈庆祝诗美诗格成立13周年庆典

值此诗美诗格13周年店庆,金火集团特别赞助超低体验券
派送南京爱美女性,这个金秋,让你一起穿越美丽



现在仅需88元 即可体验原价1040元

- 1: 价值160元面部豪华十四步活能护理一次
- 2: 价值280元背部热力油压放松疗法一次
- 3: 价值280元面部紧致淋巴排毒一次
- 5: 价值240元颈椎通络排毒保养一次
- 6: 价值80元魔力天使全身经络理疗一次

凭此广告到店办理项目可抵用现金200元

云锦路 87716163 凤凰 86507672 南湖 86565191 奥体 87770059 金马郦城 89637789 应天 86456395 集庆门 52217085 长虹 52459968
江东门 86522709 所街 86412559 朝天宫 86507300 兴隆大街 83352061 江南名府 86454918 王燕街 52407792 金盛 52157242 步行街 52137471
河定桥 58679469 麒麟门 84125737 明月路 52192272 谷里 86131711 莱茵达 52138901 胜太路 52146629 殷巷 52726198 瑞阳 84592273
瑞北 84435173 大中桥 84521959 月牙湖 84280730 三条巷 84455041 升州路 52233205 后标营 84642810 富贵山 84820114 墨香路 85360925
高楼门 83610201 板仓 85414781 四平路 83531879 双门楼 83126238 伍佰村 85544991 湖北路 83350710 新门口 83425486 高教新村 86481995
龙凤 86229368 六合一 57132387 六合二 57115999 大厂 57521168 天润城 86704660 珠泉路 58153517 华侨城 58702808 明发 58663392
能仁里 52402033 铁心桥 52366322 卡子门 52323705 化纤 86236056 迈皋桥 85553867 瑞园 85395199 洪家园 52626184 马道街 58070232
秦虹 52616412 溧水 57221077