

化妆水里的玄机



美丽观察

皮肤有足够的水分才能避免干燥暗沉,延缓衰老。角质层的含水量是皮肤滋润度的重要指标。正常角质层的含水量应在10%~15%之间。含水量若低于10%,肌肤就容易变得干燥、脱屑,甚至敏感。所以有必要为肌肤补水。化妆水的使用,刚好能为肌肤提供其所需要的润泽与保湿。它已经成为女性日常保养皮肤的必需品。有的宣传资料称产品“能恢复婴儿般的肤质,使肌肤呈现水润、透明感,淡化斑点,紧致毛孔……”,别怀疑,宣称能办到上面这些的不是魔法,而是一种化妆水。

化妆水到底有什么玄机,对皮肤的保养又有何大的作用?肌肤干巴巴或水灵灵的关键,到底是什么?下面让我们来揭开这个秘密。

化妆水含有哪些成分

化妆水是一种以保湿、补充洗脸后流失的水分为首要目的的护肤品。各品牌的名称不同,按目的可分成:收敛性化妆水、保湿性化妆水、洁肤性化妆水和各种功能性化妆水几类。不论是哪种化妆水,其中85%以上是精制水(又名aqua)其余成分则视其诉求而定。常见的保湿化妆水一般添加了多元醇类(例如甘油Glycerin、聚乙二醇PEG、丁二醇Butyl Glycol)、天然保湿因子(PCA-Na)等水性保湿剂,还包括少量香料、色素、界面活性剂、防腐剂及酒精。

去角质化妆水中一般含果酸、水杨酸等成分。至于收敛性化妆水,通常添加了收敛剂、酒精等,可以去除污垢及油脂,暂时收敛毛孔,从而达到抑制油脂分泌的效果。

你需要用化妆水吗

如果希望增加皮肤的保湿能力,光用化

妆水是不行的。洗脸后皮肤角质层的含水量最多,直接擦上乳液或面霜,对减少水分散失的效果反而比单纯使用化妆水的效果好,只使用化妆水而不用乳液或面霜,不会收到令人满意的保湿效果。

强调自己具有美白、抗衰老作用的化妆水,很多都夸大宣传。使用含水杨酸、果酸等而面理疗成分的化妆水或收敛水,对受油性皮肤、青春痘、角质肥厚困扰的人虽有帮助,但不宜长期使用。

至于干性敏感型皮肤,要谨慎使用化妆水。因化妆水中常有易引起过敏反应的界面活性剂、香料、防腐剂等。建议洗脸后不用化妆水,而应选择直接擦上乳液或面霜。

高机能化妆水会更有效吗

除了普通化妆水,市场上还有不少质地、外观近似化妆水,却被冠以“某某精”、“某某露”、“某某液”等的产品,标榜添加了更多活性成分,属于高机能型化妆水。专家指出,有些成分放在化妆水里效果不佳。例如有美白效果的维生素C,因为易氧化、褐变,更适合做成精华液、原液。

而水状形式的高机能成分,仍必须油脂成分相助,才能从角质层渗透到更深的基底层,也就是说,擦完后同样要抹乳液或面霜。

高机能化妆水使用两星期后,若没感到有如产品宣称的效果,就表示活性成分浓度太低,不能称其为优质保养品。

化妆水中的酒精、香料有害吗

仔细看成分标示,大部分化妆水都含酒精。酒精有消炎、镇静的功效,常用于治疗青春痘的药水中,有可能引起过敏。一般来说,化妆水标示含酒精,却闻不到酒精味,拍在脸上也没有很快挥发的清凉感,代表酒精浓度较低,消费者可以放心使用。拍在脸上有明显的清凉感和酒精味,有刺激感,不舒服,

则表示酒精浓度较高,不宜过度使用。某些高机能化妆水,为了增强活性成分的渗透性,酒精浓度可能更高,容易过敏者不适用。高浓度酒精常是为了治疗皮肤病而添加的,长期使用会使角质蛋白变性,要特别注意。

香料也容易引起过敏,易过敏者禁用。对香料不敏感的人,使用香料纯度较高的化妆水虽能提升使用时的愉悦感,但并没有实际的美肤价值。

喷雾式化妆水可以用来保湿吗

市面上销售的喷雾式化妆水可分成两类。一类属于温泉水,有镇静、舒缓之功效,皮肤科医师较认可其用途。对于会过敏(如异位性皮炎患者),皮肤红烂发炎的人,温泉水挥发后可以收敛伤口、消炎,对减轻夏天晒伤后的不适感有很好的作用。

另一类只是在使用时将化妆水变成喷雾状。其好处是用量少,免沾手,也不易造成化妆水的二次污染。

无论是喷雾温泉水或喷雾化妆水,喷起来清爽舒服,若不擦保湿乳液或面霜,蒸发时会带走皮肤表面的水分,反而令皮肤变得更干。打个比方,就像用舌头舔嘴唇,即使用后感面部皮肤十分湿润,效果也只是暂时性的,仍须搭配油脂类产品,才能延缓水分的散失。

必须使用全系列化妆品吗

不少人听信销售人员强调使用全系列产品的效果会更好,结果买了一堆瓶瓶罐罐,全是同牌一品牌同一系列的产品。这对消费者来说,其实大可不必。如果你是个精打细算的消费者,就应懂得使用一系列中效益最佳的品种。

例如美白成分的产品,美白功效在乳液或精华液、面霜中发挥得最好,在清洁类产品和化妆水中的效果低,就没必要买成套的美白产



贴心提示

你知道人体肌肤表面每天都会流失0.5升的水分吗?尤其是在换季时,肌肤常会出现缺水、缺油、新陈代谢迟缓等情形。科学实验证明,气温每下降1℃,皮脂分泌就减少10%。在我国,北方大部分地区室外相对温度在40%~50%,冬季更低至30%,空气十分干燥。皮肤不仅从体内获得水分,也从空气中获得水分。冬季,皮肤不仅很难从空气中获取水分,而且薄薄的皮脂层已经控制不住水分的流失,可雪上加霜。这种情形到了室内更加恶化,普遍使用的暖气和空调,都在剧烈地吸收空气中的水分。此时,最重要的保养工作就是保湿。

保湿产品在全球任何气候区都被认为是重要的基础保养品。如何辨别保湿产品的优劣?雅诗兰黛全球研发中心副总裁梅兹博士指出,一般保湿霜大都仅在肌肤表面形成薄薄的保湿膜,以此补充水和防止水分流失。其实,这类产品在涂抹上肌肤的同时,已瞬间流失掉其中50%~80%的水分,导致其保湿效果大打折扣,更别提提供持续长效的保湿功能了。

到达深层持续长效有些皮肤科医师亦认同上述说法,认为完美的保湿产品应具备封闭剂、保湿剂、亲水基质、防腐剂四大要素。人们常用的绵羊油、婴儿油等滋润产品,仅在肌肤表面封闭水分流失,保留既有的表面角质层水分,无法为肌肤底层补充水分,缺乏深层保湿的张力。一个好的保湿品应能同时达到浅层及深层保湿的效果。

缘于新的传输系统科技,一些品牌的保湿霜可以达到24小时全天候保湿的境界。针对肤质选择不同用了不适合肤质的保湿产品、化妆水或面霜,皮肤会处于油水失衡状态。不少人都有这样的经验。天气转凉时,恼人的油光满面改变了,但肌肤仍处于“内油外干”状态,此时,应选用清爽型保湿品,才不会让肌肤过敏发炎。

强化启动保湿机制某国际知名化妆品公司负责人指出,植物萃取已成为目前保湿新品的主要成分。目的是利用植物萃取精华将肌肤本身的自然结构紧密连接起来,模拟人体天然的保湿机制达到保湿效果。

轻按防晒时保湿其实,肌肤保湿工作在涂抹化妆水时已经开始。美容师建议人们,彻底洗净脸部后,要趁着水分尚未完全干时,用化妆棉沾足大量化妆水或调理水,以轻按或轻拍方式均匀涂于脸庞及颈部四周,千万不可重力搓打,以免造成反效果,致使细纹产生。至于含酒精的化妆水,应少用,否则毛孔过度收缩会使肌肤更干燥。

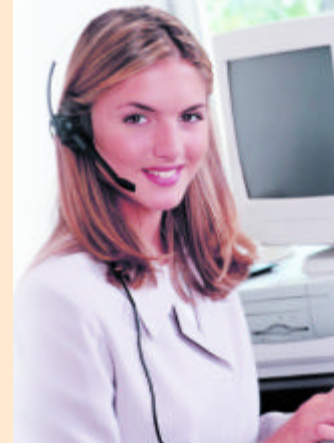
许多人以为晚上回到家,或是假日未外出,就不必用保湿品。这种想法大错特错。因为肌肤在和空气接触的过程中,随时随地都在流失水分,因此,适度不间断的保湿是十分必要的。

文/袁小海

保湿 冬季护肤主题



职场丽人巧补水



靓丽锦囊

白领丽人的工作受到许多人的羡慕,舒适的环境、高额的新薪……但你可知道她们为此付出了容颜加速衰老的代价?中央空调使她们的皮肤越来越干,深藏不露的黑色素受化学涂料、电脑辐射、复印机臭氧等不良物质的刺激而“浮出皮肤”,蚕噬着她们的容颜。因此,洁肤补水是这些职场丽人一项长期而艰巨的“护美工程”。

补水是办公室的丽人们一天中最重要的一课。补水不光是多喝几杯水那么简单。首先,你需要准备一瓶专用补水剂,如肌肤滑润液等,而不是一瓶普通矿泉水。很多人都以为往脸上喷矿泉水,既补充了水分,又补充了矿物质,一举两

得。事实上,这类水由于没有添加营养剂和渗透剂,当它喷到脸上时,非但不会被皮肤吸收,反而会在蒸发的同时带走皮肤自身的一部分水分,效果适得其反。所以,如果你想喂皮肤“喝水”,就必须购置一瓶真正的补水剂。

补水的频率应视各人皮肤状况而定。一般而言,油性皮肤每隔2小时左右应补一次水,干性和中性皮肤每隔2小时左右补一次。补水之前,需要用一张吸油纸吸去面部油脂,再用湿润的化妆棉轻轻擦去面部污垢,然后均匀地喷上补水剂。倘若面部有彩妆,程序可以简单一些,只需在吸去油脂后,喷上补水剂即可,但别忘了随后再用一块干的化妆棉吸去多余水分,顺便将面部粉底重新打匀,然后薄施一层定妆粉。

除了外在补水之外,不妨自制一些特别的美肤饮料,在补水的同时调理气色,护理肌肤。下面就是行家特别推荐的几款“办公茶”,这些“茶”的原料都不贵,在中药店、超市都可买到,上班时往自己的茶杯里放一点就行了,方便又有效。

柠檬茶 将柠檬去皮以后切成小片(一定要去皮,因为柠檬皮汁会令黑色素沉淀),也可依个人口味添加冰糖,泡水饮用。柠檬里含有丰富的维生素C,此外还含有钙、磷、铁和B族维生素等,常饮柠檬茶,会让你的肌肤回复光泽与柔滑。

红茶茶 红花5克,绿茶2克,红糖30克,沸水冲泡后,加盖闷5分钟即可饮用。每日一剂,会让你的皮肤变得干净透亮,粗糙的皮肤也会回复光泽。

桃花茶 干桃花(在干花店和出售香薰品的商店均可买到,如能自己采集到桃花,效果会更好)4克,冬瓜仁5克,白杨树皮3克。每日将这三样物品置于杯中,用沸水冲泡,加盖10分钟后饮用,每日可反复冲泡3~4次。这种茶能去除黑斑,白嫩肌肤,但孕妇及月经量过大者忌用。

文章 黔

编者的话

经过夏季的日晒,面对冬季的干燥,此时最重要的保养工作是选用合适的保养品维护和修护皮肤,进行补水、保湿和美白工作。如何使保养工作做到最佳呢?全面了解自己的皮肤状况,根据地域、季节、场所的需要,根据对化妆品功能的了解,综合选择产品。千万不要人云亦云。要知道,擦得越聪明越有效。

眼袋整形术

眼袋是因下睑皮肤松弛、眶膈脂肪膨出所造成的。下睑缘与眼眶之间皮肤向外突起,形成袋状。它是人体走向衰老的标志之一,多发生在40岁以上的中老年人。偶有二三十岁的年轻人由于遗传因素而出现眼袋。

眼袋整形术是用手术的方法将下睑松弛的皮肤和膨出的脂肪去除,恢复下眼皮平整的外形。如今,人们对眼袋整形的重视程度日益提高,要求进行眼袋整形术的人数不断增加,已大有超过做双眼皮手术或隆鼻术的趋势。因此,有必要向广大美容爱好者介绍一下眼袋整形术的知识,避免盲目手术给人们带来不良影响。

术前
1. 掌握手术适应症。受术者一般在30岁以上,无严重的心脏病、糖尿病及眼病。
2. 向医生详细了解手术方法及可能出现的并发症。如手术切口瘢痕、睑外翻、泪管损伤等。

手术方法
眼袋整形术有两种常见的手术方法,即睑外入路及睑内入路,也就是说,手术切口选择在下睑皮肤上或在下睑结膜处。两种方法各有优缺点。前者对眼袋较重,年龄偏大,皮肤松弛的受术者较为适用,它可去除多余的松弛皮肤。缺点是在下睑缘下2~3mm处会留下一条与下睑平行的手术切口瘢痕,一般3~6月后可能不太明显。后者适用于年轻的受术者,它不去除皮肤,切口又在结膜面,所以术后不留痕迹。但对皮肤

松弛者不适用。不论采用哪种手术方法,眼袋整形术对医生的要求都较高。一方面它要求医生根据情况考虑去除多少脂肪或皮肤。另一方面,因在内眼角(大眼角侧)有一根细小的血管通往鼻侧,即鼻泪管,它的作用是将泪液排向鼻腔,手术中稍不注意,而损伤鼻泪管,便会造成整天流泪的严重并发症。

另一个严重并发症就是睑外翻,它是由于去除皮肤过多造成的。一旦出现睑外翻,不但达不到美容的目的,反而使眼睛更难看。术后
术后几天内应避免进食辛辣食物,注意休息,避免眼部外伤,眼内可滴抗生素眼液,切忌热敷,尽量减少出血情形。一般术后五天就可拆线。若拆线后有轻度的睑外翻属正常情况,大约3~6月可自行消失。若超过半年不能消失者,必须通过手术矫正。在此告广大美容爱好者,做眼袋整形术最好找正规的,有经验的整形外科医生,避免盲目从医,造成严重的不良后果。文/陈威

美白去斑为靓加油

你有这样的体会吗?脸上的色素斑、黄褐斑、晒斑或是雀斑,夏天颜色深,冬天颜色浅。这是因为冬天的阳光没有夏天强烈。此时进行美白护理,美白成果才不会被第二天的骄阳彻底摧毁。让我们马上组织一场美白去斑双赢战役,从修护肌肤细胞开始,真正让肌肤从基底层白起来。

一定要使用美白产品
专家认为,好的美白护肤品能够在黑色素生成的不同阶段对其进行控制,达到抑制酪氨酸酶的活性程度,阻止黑色素产生,淡化斑斑点点的目的,因此,美白产品能够改善整体肤色。

小提示1:使用美白产品时要加强保湿
美白本身是一个净化皮肤的过程,它令黑色素从表皮细胞脱落,皮肤表层因此变得干净,但同时也需要补充水分及其营养成分来保护新生的表皮细胞。所以在使用美白去斑产品的同时,最好使用具有补水作用的乳液。

小提示2:“美白鸡尾酒”很受欢迎
最新的美白产品,成分都变得很“复杂”,不光具有美白功效,而且还包括了保湿、抗皱、排毒等功能,大家叫它们“美白鸡尾酒”。如果你用上这样一瓶美白产品,就会省去了许多其他的瓶瓶罐罐。目前一些

大品牌像雅诗兰黛、纪梵希、碧欧泉等都有“美白鸡尾酒”。

用了美白产品,还要再防晒
美白护肤品的主要功效在于抑制酪氨酸酶的活性程度,阻止黑色素产生,但分泌黑色素其实是肌肤抵抗紫外线侵袭的一种自我保护反应,美白护肤品只是抑制了这种反应,你还需要为肌肤树立一道防护屏障,那就是防晒。只美白不防晒实际上只会令效果事倍功半。

小提示3:严重晒斑是“不可逆”的
年轻时,晒太阳不一定会长斑,即使有一点不严重的晒斑,也会因为新陈代谢快而逐渐消失。但三四十岁以后,由于内分泌的影响,黑色素分泌较多,如果在无防护措施的情况下,频繁接触阳光,皮肤黑斑就会自然形成。另外,目前科学家进一步证实UVA紫外线的损伤是可以累积的,而且是不可逆的。

将冬瓜子仁、桃仁晒干后磨成细粉,加入

适量蜂蜜混合成黏稠的膏状。每晚睡前涂在斑点上,第二天早晨洗净。敷三个星期后,斑点会逐渐变淡。治疗时要注意防晒。

红酒蜂蜜面膜
红酒中的葡萄酒酸就是果酸,能够促进角质新陈代谢,淡化色素,让皮肤更白皙、光滑。蜂蜜具有保湿和滋养的功能。但对酒精过敏的人,使用时要特别注意。

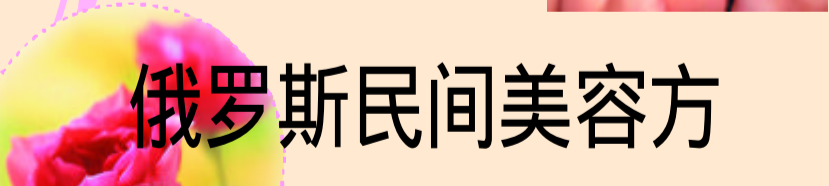
将一小杯红酒加1~3匙的蜂蜜调至浓稠的状态后,均匀敷在脸上,8分干后,用温水洗净。

经常吃些美白食品
杏意双仁茶
杏仁和杏仁含丰富的蛋白质、维生素及其他营养,不仅能为肌肤提供营养,还具有美白作用,可以补充皮肤表皮含水量,加快皮肤新陈代谢速度,使肤色白嫩,光滑有弹性。

杏仁粉、薏仁粉各两匙,加入240毫升开水冲泡,早晚喝一杯。

双豆百合羹
绿豆所含的维生素能使黑色素还原,红豆能解毒排毒、清热去湿,百合有养肤润肤的功效。

绿豆五钱、红豆五钱、百合五钱用清水浸半小时,大火煮滚后,文火煮至豆熟,最后加入适量的糖或盐,甜咸皆可。文/前卫



俄罗斯民间美容方

或干瘪的玫瑰花朵,放置于一缸开水中浸泡。两周后过滤,取玫瑰水洗脸,不仅芳香过头,而且具有清洁皮肤的作用。

玫瑰护肤液 一把红玫瑰花瓣,用一杯伏特加,或按1:1的比例,用稀释的医用酒精浸泡。两周后用亚麻布餐巾过滤,装瓶待用。玫瑰护肤液适用于油性皮肤者用来美容护肤。

薄荷润肤水 一把薄荷叶碎末,用一杯开水浸泡30分钟后过滤,适用于干性皮肤者用来润肤。也可将这种薄荷水制成冰块,每天早晨洗脸后,用冰块摩擦面部,以滋润皮肤,舒展皱纹。

桦树抗衰汁 两匙桦树碎叶,用半盆开水浸泡,再加入少量食用

碱,放置一小时后,过滤。以桦树抗衰汁洗脸,可使皮肤紧绷无皱;也可用来洗头,使头发光亮有弹性。

黄瓜美容奶 黄瓜含有丰富的B族维生素,是生成皮肤和头发的蛋白质必不可少营养物,且可防止皮肤干燥、粗糙、发炎和长鳞片。黄瓜美容奶的制法:鲜黄瓜去皮,切片或擦丝后以1:10的比例用热牛奶浸泡,凉后过滤,早晚用来擦脸。

黄瓜润肤膏 蜂蜡15克,熔化后加入杏仁油或蜜油60克。再把黄瓜去皮,切片,投入蜡油中,最后在容器中装盛,用金属片盖上,放在蒸汽浴室里一小时,冷却后搅出泡沫。在脸上、颈部涂抹(涂得稍厚)20~30分钟后洗去。适用于干性皮肤者,有润肤护肤的作用。文/齐建荣