

别被汹涌的“韩流”冲昏头脑——

韩剧里的护肤法很“伤面子”

今日女报 / 凤网实习生 刘浩

■本期特邀专家

长沙克丽缇娜国际美容护肤中心
(广电月湖店) 店长 吴仁卫

长沙莉尔丝韩妆馆店长 陈静

镜头1: 半颗洋白菜 + 一个苹果 = 瘦身?

炸鸡啤酒、白菜苹果……初雪,让我们浪漫一次。白痴美人千颂伊为拉近与粉丝间距离,让助理买来一杯摩卡咖啡,却单纯只为拍照。她大吐苦水:“摩卡咖啡含高卡路里,半颗洋白菜和一个苹果就是我全天的食量。”

——节选于《来自星星的你》

镜头大揭底 >> 过度节食, 可能越减越肥

生命不息, 减肥不止。这是胖美眉经常用以励志的名言。可效仿韩剧里的节食减肥法可行吗? 对此, 长沙莉尔丝韩妆馆店长陈静认为, 靠过度节食来减肥, 很可能起到反作用噢! 想尽一切办法限制饮食, 或持续吃单一食物是“饮食忍耐”, 长时间如此, 会让人对食物的欲望越来越强, 而最终后果则是体重的快速反弹。

支招: 需要减肥的美眉, 平常生活中可以多吃高蛋白质、低热量的食物, 例如: 鸡里脊肉、鱼肉、豆腐制品等, 这些食物都不会导致肥胖的发生。饥饿难耐时, 在肚子里垫上这些食物, 对减肥有很大的帮助。同时, 有效减肥需要“少吃多餐”, 不可过度节食。

镜头2: 咖啡 + 眼膜促进营养吸收?

慵懒的午后, 在阳光充足的阁楼上伸个懒腰, 端起泡好的咖啡, 可谓是人生一大乐事。而这时, 用腾着热气的咖啡熏熏贴满眼膜的双眼, 美景美人美不胜收……

——节选于《想你》

镜头大揭底 >> 咖啡 + 眼膜组合, 慎重使用

韩剧《想你》的热播, 走红了一款“想你色”口红, 而剧中女主

2月18日, 一场大雪驾到, 乐坏了不少韩剧迷。

“一杯啤酒、一份炸鸡”, 这个曾出现在韩剧中的浪漫镜头, 近日却频现我们的朋友圈。不仅如此, 热播韩剧中的不少护肤镜头, 也引起了不少美眉的争相模仿——羡慕女主角嫩白的肌肤和纤瘦的身板, 禁不起诱惑如法炮制。殊不知, 偷学可是需要付出代价的, 韩剧里的护肤镜头很可能成为毁肤的关键。现在, 让我们一起回顾那些镜头, 看看哪些护肤方法不可偷学……



角利用喝咖啡的闲暇时间敷眼膜这个动作也深深烙印在很多美眉心中。喝咖啡能有效去除眼袋? 咖啡的热气还能促进眼部肌肤对营养的吸收……这些护肤理念是真的吗?

“眼膜和咖啡本是毫不相干的, 但是混在一起使用就可能会出错。”陈静介绍, 没有饮用咖啡习惯的人, 喝浓咖啡会使血压突然升高, 皮肤的微循环也会随之加速。而此时眼周皮肤需要的是干爽、可呼吸的状态。因此, 这时敷眼膜会阻碍毛孔正常呼吸, 甚至诱发眼肿、产生脂肪粒。

支招去眼袋, 黑咖啡功不可没;眼膜也是常见的护眼的产品。分开使用, 它们都能起到好的作用, 所以我们只需要避开二者的“配合”。建议平日不喝咖啡的美眉, 采用眼膜护眼, 因为咖啡很可能让你失眠, 从而诱发其他眼部肌肤问题。

镜头3: 面膜叠着用更有效?

被遗弃的妻子为展开报复, 企图快速改变自己——发型、着装、语气在被遗弃前后都发生了翻天覆地的变化。为了让肌肤在短时间里有好的变化, 妻子每天敷着纸质面膜再叠加膏状面膜, 还不忘与闺蜜聊天片刻……一个月时间, 肌肤不仅白皙通透, 还细致亮泽。

——节选于《妻子的诱惑》

镜头大揭底 >> 叠加不同功效的面膜, 纯属浪费

“如何让肌肤快速回到紧致水润的状态, 面膜一定是不二选择。”陈静介绍, 好东西叠加使用并非不可, 像在纸质面膜上加敷泥膏面膜可以大大促进营养成分的吸收, 加强面膜的密闭性, 营养物质在零损失零挥发的前提下能渗入皮肤。然而, 不同功效的面膜叠加是不可取的, 既浪费又可能导致毛孔堵塞。

支招: 先使用清洁去角质类的膏状面膜, 再使用补水、美白的纸质面膜, 不要同时使用两款相似的面膜, 因为皮肤自身有一个吸收饱和度, 叠加使用不起效。

镜头4: 黄瓜、土豆敷上脸?

花心大少吕始杰受邀参加电视台的拍摄, 二哥始宇赶忙为他敷上黄瓜面膜, 为的就是能让他上镜更帅……黄瓜、土豆面膜似乎是吕始杰的护肤最爱, 这样的护肤方法也一直被他推荐给身边的朋友。

——节选于《乞丐王子》



镜头大揭底 >> 某些天然成分遇光毁肤

黄瓜、土豆等天然食物直接当做面膜使用是生活中很常见的, 在很多部韩剧中也是“常客”。然而, 这类大家以为健康又节约的护肤方法在美容界却是一直需要拨乱反正的“护肤误区”。

“黄瓜并不属于感光性蔬菜, 但黄瓜中含有能剥离皮肤角质的生物酶, 加上敷黄瓜时皮肤抵抗力弱, 经不起紫外线照射, 时间一长就会发现贴黄瓜片的地方容易长斑点。”长沙克丽缇娜国际美容护肤中心(广电月湖店)店长吴仁卫介绍, 刚切的黄瓜片有一种露珠状的粘稠物, 会造成皮肤紧绷, 使皮肤更加干皱, 严重的话会让面部美眉出现过敏反应。

支招: 黄瓜富含维C容易光解, 敷面最好是睡前进行, 时间不超过15分钟。敏感性肌肤的美眉, 不可大胆尝试这种直接敷面的方式, 建议使用黄瓜类的护肤品。

镜头5: 男女朋友共用护肤品?

女朋友不在家? 赶紧看看梳妆台上有什么好宝贝吧! 男主角独孤真一脸陶醉地偷抹着女主角具爱贞的护肤品, 并大呼喜欢其独特的香气……

——节选于《最佳爱情》

镜头大揭底 >>

大多数女性护肤品不适合男人用

美容护肤不再是女人的专利, 越来越多的男性也开始注重对肌肤的保养。可爱漂亮又拉不下面子去咨询美容师的男朋友经常偷用你的护肤品可行吗? 答案一定是否定的。

“大多数女性护肤品并不适合男性使用, 所以男士在选择时应当注意。”吴仁卫介绍,

不同肤质决定选用的产品也不相同, 特别是青春期的男性, 雄性激素旺盛, 油脂分泌特别厉害, 如果使用女性护肤品, 反而会加重皮肤油性, 更容易长痘。

支招: 女性肤质较男性的要薄, 容易干燥、产生皱纹, 所以女性护肤以滑嫩、保湿和去皱为主。

男性的肌肤比女性厚, 毛孔粗大, 其皮脂腺数量大而发达, 80%以上的男性皮肤都属于油性, 油脂分泌过多就容易导致毛孔堵塞, 所以男性护肤的重中之重就是控油。



一次说走就走的出国旅行 当然不能出现“泰囧”

今日女报 / 凤网讯 (通讯员 吕

三) 人生有两次冲动, 一段奋不顾身的爱情, 一场说走就走的旅行, 爱情是可遇而不可求, 但旅行就相对来说简单多了, 春节旺季一过, 国际旅游团费直线下降, 特别是东南亚旅游线路, 降价幅度近50%, 成为大家的度假热门首选。在普吉岛、巴厘岛、皮皮岛等美丽海岛上, 做一个热带风情的SPA, 让身心疲惫的你瞬间恢复至满状态……而东南亚的旅程中, 当下最热门要数泰国。一部“泰囧”让泰国旅游变得大火, 徐峥赚得盆满钵满, 因“泰囧”之火热, 再加上长沙黄花国际机场开通了直达泰国的航班, 让泰国旅游在湖南大热, 据不完全统计, 今年内地居民前往泰国、东南亚旅游人数较2013年同期增长了50.5%。

旅途中最煞风景的事, 莫过于旅途不能和朋友分享

旅行是愉悦的, 但话费停机了那就比较烦心了, 如果因为话费停机问题, 错过了一些生意项目与重要的事件, 实在让人深感懊恼! 除此以外, 对于微博、微信控的旅行者们来说, 沿途风景不能拍照直播分享, 更让人抓狂, 不敢打电话, 不敢手机上网, 这样的旅行简直就是现实版“泰囧”!

国际漫游流量3元起, 双封顶不怕超放心用

如果你还在为国际漫游通信费用担心, 编者隆重给大家介绍中国

移动2014年出台的国际漫游新资费, 中国移动通过与国外运营商的反复协商和争取, 再次实现了国际漫游资费的全面下调, 针对80个旅游热门国家新推出3元、6元、9元等国际流量漫游套餐业务, 除了门槛低以外, 还有“费用流量双封顶保险”, 使用更安心, 例如在美国、香港等地, 3元包3M, 超出后流量包自动叠加, 同一天在同一漫游地累计叠加使用流量包10次后(30M), 当天“费用封顶”, 累计使用达50M后流量封顶并暂停流量功能(次日自动恢复), 在国际漫游WLAN上网方面更是下调至6元/天, 低廉的国际漫游上网资费与低至1元、2元、3元的国际漫游语音通话资费配套, 中国移动在国际漫游各个方面相比于其他运营商来说资费更低更实惠, 门槛也更低。

移动五模4G手机, 国际漫游任你行

在国际漫游资费下调的同时, 中国移动4G在多个省份相继商用或试商用消息也相当振奋人心, 小编所在的湖南移动于2014年2月8日正式开通4G并试商用。对于国际漫游客户, 移动4G的推出又是一个重大利好消息。中国移动五模4G手机, 完美实现对全球通信网络支持, 可以让客户漫游全球不用换机, 真正实现一机在手, 走遍全球无忧, 让你在出国漫游时尽享4G带来的精彩之旅。