MaryThé

作为美国介绍美容、祛斑、抗衰老产品的先锋，MaryThé在Town and Country, ELLE, Harper's Bazaar, Allure等各大国际媒体上都有专门报道。她坐落在旧金山著名的Maiden路上的美容中心吸引了很多跨国商业人士、政治领导和各界名流。

在指导你如何保持美丽的同时，她还提醒你注意全面的健康和幸福感受。想知道更多的信息，请登陆网站：www.marythe.com

还是一种生活方式。」

「护肤不仅是做脸，

Ask MaryThé 第22回

扮靓宝典 美丽课堂

1

2

3

化妆水面膜——办公室补水妙招

在办公室准备一小瓶补水化妆水和一些化妆棉，将化妆水倒少许在棉片上，在局部容易干燥的区域敷15分钟左右，立刻就能感觉清凉与水润。不过需要注意所用的化妆水不能含有酒精成分，也不能用自来水代替，否则只会让脸上的水分蒸发得更快。

4

市面上的锁水产品和补水产品的功效是一样的吗？

许多人会混淆这两个概念，其实它们是完全不一样的。补水和锁水分别作用于肌肤的两个层面：补水是深层的，是将水分输送进肌肤的基底层，从根本上解决皮肤干燥的问题；而光是补充皮肤所需的水分还不够，还要阻止水分的流失，这时候就需要在肌肤表层增加锁水保湿成分，帮助紧锁住刚补充进的水分。

我觉得，要想皮肤水水润润，必须补水和锁水同时进行。一般保湿化妆水、保湿精华或保湿面膜是理想的补水工具，质地通常比较清爽。然后，再准备一款保湿面霜就足以达到锁水效果。夏天，由于室内的空调环境，皮肤很容易就变得干干的，所以随身备一款补水喷雾，每隔1~2小时往脸上喷一喷，也是最简便的补水保湿方法。

推荐产品：1 水感24小时持久保湿乳液 (Elizabeth Arden) 420元 **2** 水动力莹润滋养面膜 (Dior) 360元 **3** 水合青春还原清新日霜 (Guerlain) 560元 **4** 水份缘精华面膜 (Lancôme) 280元/3片

Q 请问几岁开始用眼霜比较好呢？

A 眼霜对于大部分人来说都是必需的，而且并不以年龄来划分。许多人由于眼角出现第一条细纹或者眼皮浮肿、明显的黑眼圈或眼袋，才想起来用眼霜的。其实，这时用眼霜相当于亡羊补牢，仅仅可以防止眼部加速老化，但想把已经丢的“羊”找回来，是不可能的。另外，我看到许多人只在眼角、眼睛下方涂眼霜，这是绝对错误的。正确的使用方法是顺内眼角、上眼皮、眼尾、下眼皮做环形轻轻按摩，让肌肤完全吸收。并且早晚都要用，涂抹眼霜之后再用面霜，面霜不用再覆盖眼霜。

推荐产品：5 橄榄叶青春眼霜 (Biotherm) 390元 **6** 水养紧致眼霜 (~H2O+) 360元 **7** 沁凉紧致眼霜 (Kenzo Ki) 490元

Q 我喜欢戴耳环，但天一热耳洞就容易发炎，有时甚至会流脓，我很想保住它们，要怎么做呢？

A 炎热的夏天容易出汗，稍不注意保护，耳朵周围的皮肤就容易产生炎症，所以一定要注意保护。每天晚上最好取下耳环，用酒精棉花擦拭耳洞周围的皮肤，正面背面都不要忽略。然后别忘清洁一下耳环的银针，以确保不要滋生更多的细菌。一般来说，纯金、纯银的首饰性能稳定，产生敏感的概率较低。尽量避免佩戴镀金、镀银、镀镍等最容易引发皮炎的首饰。如果炎症很厉害，也不必慌张，涂一些金霉素药膏消消炎，恢复几天就会好的。

Q 我总是觉得夏天的防晒产品很油腻，涂在脸上不舒服，那可否用防紫外线的阳伞来代替防晒产品呢？

A 这是绝对不行的。即使只在室内不出门，都必须做好防晒措施。因为UVA具有很强的穿透力，它能穿透玻璃到达室内，而且不论阴晴朝夕都存在。此外，要是连续操作电脑一个月，所吸收的紫外线，也相当于户外照射的两分钟，所以，至少也要涂上SPF15 PA++的防晒品或隔离霜。出门就更要将防晒做到位了，太阳镜、帽子、防紫外线的阳伞一样不能缺。

对于防晒产品有油油腻腻的感觉也是很正常的，因为防晒产品中内含的用来阻隔紫外线的化学成分，的确会加重一些肌肤的负担。不过，随着现在越来越多的新产品推出，你所追求的轻薄感一定能够实现。

推荐产品：8 柔皙深护防晒乳 (Lancôme) 新品 **9** 特护清爽防晒露 (La Roche-Posay) 新品

Q 最近我了解到：许多头发的问题最初都是由头皮问题所引起的，是这样的吗？能否一次性解决？

A 头皮是头发生长的根基，很多头发问题，其实就是头皮问题引起的。而头皮和皮肤是一样的，是一个不断更新和老化的活性组织，有时会很脆弱，容易受外界影响而发生变化，而且即使今天解决了，说不定明天又有什么新的状况出现，所以我的建议是如果碰到这样的疑难杂症，最好去专业发廊咨询一下，可不能小视哦。其次，我要强调头皮的问题不是护理一次，就可以一劳永逸的，需要长期、经常地去呵护它，才能保证头皮的健康与平衡。

推荐产品：10 头皮控油精华乳 (Kérastase) 专业发廊有售

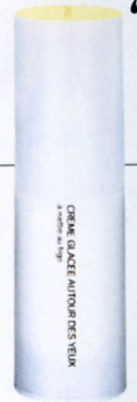
美容问题大募集

任何你想知道的美容问题，欢迎来信或电子邮件，
让《炫色》和MaryThé帮助你提升美丽指数！

上海市淮海中路300号香港新世界大厦2702-2704室 《炫色》杂志
邮编：200021 电子邮件：xuanse@hfm.com.cn
传真：86 - 21 - 6335 3192

5

6



7

按摩头皮益处多

最常见的头皮护理方式，就是使用专为头皮设计的保养液或精油按摩。在洗发前，将头发分成几区，然后涂上护理产品，涂抹的时候以指腹略微按摩一下，按摩完之后等待30分钟，让保养液或精油渗入头皮内的毛囊作用，接着再进行一般的洗发程序即可。按摩头皮好处很多，除了可以活化毛囊，促进头皮的血液循环，还可以深层净化毛囊，加强新陈代谢，使头皮干净清爽。此外，按摩头皮还具有舒缓效果，让因紧张压力而紧绷的头皮放松。

8

9

10