

# Hair

## 阳光下的秀发游戏

亲水和度假的季节来了,而夏季的头发往往比冬季更加难以护理,强烈紫外线的照射和夏天的户外运动如游泳,都会造成头发的干涩毛糙,如何使夏日的头发也具有光泽且富有弹性,在海滩度假时,还可以尽情展现无限魅力无惧阳光侵袭?今夏,让我们一同谱写秀发护理夏日三部曲,乐享海滩度假乐趣。

■文|李连幸 ■图|资料

### 防护序曲,勿忘头皮保养

炎炎夏日,紫外线肆虐的除了皮肤,还有你的头发,脆弱的发丝受到阳光的伤害约是皮肤的3倍。这时候,头发不仅会出现干枯、毛躁的问题,还可能变得油腻,甚至出现分叉困扰。

因此,夏日头皮健康显得格外重要。选择含有如薄荷和霍霍巴籽油等成分的清爽型洗护产品进行日常洗护。更可以在洗头之后,使用有去屑功效的免洗性精华液等产品进行头皮按摩,还原健康头皮环境。

与此同时,头发的防晒很重要。海滩度假外出行,你需要给头发涂抹“防晒霜”。专业的头发防晒产品在国内外市场上较少,可以选用护发精华来进行替代。将护发精华均匀地在掌心揉开,然后涂抹在发中与发尾之间的部分,轻轻按摩后用手理顺发尾即可有效抵御阳光侵袭。

### 光泽乐章,闪亮魅力发色

海滩度假怎么可以少得了魅力的秀发和性感的比基尼?建议在出游前,可以先对头发做一个局部挑染或者利用荧光发片等为秀发增加更多的趣味和亮点。或者选择有增亮功能的喷雾和发胶,配合炫目的泳装,在海滩边尽现炫目的无限魅力。

### 修护尾声,避免二次伤害

白天在外如果一整天与阳光接触,或者是在海滩晒日光浴。那晚上就需要及时对头发的损伤进行修复。这时,即时修护性的洗护产品和发膜是一个不错的选择。特别是带有修护功能的发膜和精华,深层护理头发,补充营养因子,从而恢复头发的柔顺亮泽。如果白天进行了下水或者是游泳,那洗发的手法就显得尤为重要,要将头发慢慢梳开,不要用力拉扯,避免头发产品二次损害。



日常损伤修护多效防护凝萃喷雾



威娜SP亮彩精华液40ml/RMB228

### 试用招募:

“如果你把你丢到一个无人岛,只给你选择一样护肤品的机会,你会选什么?”毫无疑问,当然是防晒!《生活周刊》为大家带来苏菲娜芯美颜保湿防晒乳液(SPF30, PA+++ )的正装试用,在有效防晒同时,给予肌肤自然水润。

报名方式:发送私信至@生活周刊,写上姓名、年龄、职业、星座、常用护肤和化妆品品牌、护肤和化妆心得、联系方式等,标注 #苏菲娜试用中#

SOFINA芯美颜保湿防晒乳液(SPF30 PA+++ ) 32g/270元

## 暑期变脸记:就要这样悄悄地变美!

■文|丝兰



2013年高考刚刚结束,从书山题海里解脱出来的考生们有的天天泡在网吧,要过一过游戏的瘾;有的相约出游,想感受一下书本以外的世界……但却有这么一群考生,既没有选择上网,更没有出去旅游。暑期来了,他们要让自己变得更加漂亮、帅气,去迎接即将来临的青春!

针对学生整形已经成为暑期整形大军主力的现象,上海仁爱医院整形外科博士陈达介绍道,随着整形美容技术的越来越成熟和美容观念的深入人心,爱美、寻美早已不是什么稀奇古怪的事情。电影《致青春》的大热大火,透露着青春年华的宝贵,对这群即将踏上大学的学生来说,爱美、变美正是向青春致敬!

### 致敬青春,打造一只娇俏挺拔的鼻子!

鼻子是一个人脸部最美的“黄金分割点”。如果鼻子不美,那就破坏了整个五官的布局,即使其他部位再好看,也是与美丽无缘的。但大部分东方人都是鼻根部低、鼻中部宽,鼻尖要么轮廓不明显,要么就过大或不成形。所以在追求美丽的路上,鼻子整形一直都是重中之重。对这种“难看”的鼻子,隆鼻技术就可以轻松搞定。陈达博士表示,鼻根部过低可以选用膨体垫高鼻根部,而鼻尖的轮廓通过鼻尖软骨手术就可以重塑。同时,利用鼻中隔软骨及耳后软骨的自体隆鼻术也可以让鼻子变得漂亮起来。

鼻部整形是最受欢迎的整形项目之一,只要精雕细琢一下,就能最大限度地改善容貌。所以鼻部整形也被称为回报率最高的整形项目。陈达博士指出,不论自体软骨隆鼻还是膨体隆鼻或注射隆鼻,其安全性都是不用质疑的。自体隆鼻自不必说,选用自体软骨材料避免了填充物与身体的排斥性,自然安全。膨体材料的效果与自体软骨

陈达博士提醒,求美者在术前一定要选择经验丰富的专业医生,然后在医生的指导下做好术前准备和术后护理等。

副主任医师 陈达博士



几无差别,一旦成形可终身不换。青春本来就是活泼灵动的,雕琢一只灵动娇俏的鼻子便是对青春最好的献礼,不必大动干戈!

### 割个双眼皮,告别“眯眯眼”。

若说鼻子是脸部最美的,那说眼睛是一个人最美的地方也算恰当了。不论是诗人还是艺术家,从不吝啬对人类眼睛的赞美之词。不论长相如何,一双明媚的大眼睛总能让人增色不少。然而五官比例是恒定的,从视觉角度来说,单眼皮下的双眼永远比双眼皮下的眼睛看起来小得多,而且单眼皮总给人不精神、眯着眼的感觉,往往有单眼皮的女生被人嘲笑为“眯眯眼”!

那就做个双眼皮吧!双眼皮手术是常见的整形美容手术,是一种不折不扣的“小手术”,发展时间较长,手术也相对成熟。时下割双眼皮主要有埋线法、韩式三段法、日式一段法等等。陈达博士提醒,割双眼皮虽然简单,但是对医生的要求非常高,求美者在术前一定要选择经验丰富的专业医生,然后在医生的指导下做好术前准备和术后护理等。