



机舱美肤术，长途飞行有保障

难得的长假旅行，有些人选择去远一点的地方。要在飞机上度过十几个小时，着实有些“难挨”。如何能够更好地休息，如何能够让狭小的经济舱变得不那么难过，如何能够在下飞机那一刻自拍时皮肤透出光来？

前期准备工作一定要做足！比如说，很多人都已经有习惯带着蒸汽眼罩上飞机，微微的热气，伴随着薰衣草的香味，保证能让你睡个好觉。可既然都已经带蒸汽眼罩了，为何不好好地做个眼部护理呢？眼霜的容量大多都只在10-15ml，轻便易携带。点涂在眼周轻轻做个按摩，戴上蒸汽眼罩还有促进循环、渗透的作用。下飞机时，别人都会有的黑眼圈、浮肿、干纹，你统统都没有！

同样能被人惦记着带上飞机的，还有面膜。但机舱座位并不宽敞，滴滴答答的面贴膜真的好用吗？有些人会选择睡眠面膜，认为上飞机时涂上，下飞机前擦掉，这样最方便。但实际上，机舱里非常干燥，睡眠面膜里的水分渗透、蒸发后无法持续为皮肤提供保湿作用，反而会引起干燥。并且，由于时差关系，紫外线时有时无，但却不可不防。比较好的办法是，带一小瓶化妆水（小于100ml），多带些棉片（分量轻），在飞机上做湿敷即可。每次湿敷5-10分钟后，涂抹上乳或霜，擦上防晒。若几小时后又觉得皮肤干燥了，可以再次重复。



Holiday 上路，必须美美哒

【文/李连幸】



不带香氛，是对自己的“残忍”

许多人并没有意识到，香氛是旅途中非常重要的一件东西。用得太过，会引起同伴们的反感；一点儿也不带，那恐怕就是对自己“残忍”了。

旅途中的香氛，可以分成三种类型。第一种是香水，平时用惯了的味道，走到异国他乡也能闻到熟悉的香味，很有安全感。但大瓶的香水，即使50ml携带起来也比较麻烦（香水瓶比较花哨，容量不大瓶子大）。可以选择同款同香的滚珠笔香氛，大约每支在10ml左右，涂抹在手腕、耳后等部位，同样能散发出你熟悉的香味。

第二种“香氛”，是指一些含有花卉水的喷雾（化妆水），它们的味道清新、怡人。最适合在飞机上、车上使用。除了补妆、补水等美妆需求，还能略改善密闭环境下的空气质量，毕竟，长途大巴上，“异味”着实令人心烦。

说到“异味”，正好提到第三类必备的“香氛”，专门针对“异味”！旅途中二手烟、油腻味，或者是到了一些住宿条件一般的地方，房间里有股长期潮湿导致的霉味等等。针对这种真正的“异味”，香水是没有用的，只会越喷越难受。而几滴尤加利和薄荷精油就能让你变得舒服起来。既可以随身携带这些精油，除了尤加利、薄荷，还有柠檬、薰衣草等等。也可以临行前去买一个30-50ml的小喷雾瓶，放入矿泉水后，滴上几滴精油。哪里有异味喷哪里！