

# 别让颈纹出卖了你的年龄

每个爱美女性对面部护肤都格外重视,也形成了自己的一套护肤程序,对面部的护理,从清洁、补水、抗老、抗氧化到隔离防晒,每一个程序都轻车熟路。都说手是女人的第二张脸,其实颈部更是。我们经常可以看到八卦新闻里,女明星的面部妆容精致,然而颈部的细纹和不均匀的肤色却出卖了她们的年龄。面部皮肤护理做得再好,如果忽略了颈部,那么不断加深的颈纹就如同“年轮”一般,会有意无意地泄露了你的年龄。所以对于和面部皮肤紧紧相连的颈部皮肤,你是否给予了同样的重视呢?

很多人重视面部皮肤护理,却忽略了同样重要的颈部皮肤。颈部皮肤本身就是身体皮肤中最先老化的部位,并且颈部皮脂和汗腺的数量只有面部的 1/3,油脂分泌较少,很容易因缺乏水分造成皮肤干燥,产生细纹。并且长时间的低头、抬头等动作,也会让颈部皮肤产生皱纹。如果再忽略了对颈部皮肤的保养,那么即使面部肌肤再光滑年轻,颈纹也会将你的年龄暴露无遗。

## 补水+抗老

既然颈部皮肤非常容易干燥,那么颈部皮肤的补水保湿是绝对不可以缺少的,但是在补水的同时,还不能忽略抗老。护肤专家小茂解释说:“抗老产品可以从肌肤源头淡化细纹,促进胶原蛋白再生。”而在产品选择上,美容师温蒂建议购买专门用于颈部肌肤护理的颈霜,如果觉得没有必要,也可以用面霜来代替,但是最好选用具有抗皱效果的护肤品。

## 防晒要做好

冬季天气寒冷干燥,且城市污染、雾霾严重,颈部皮肤和面部一样裸露在外,防晒和隔离同样重要。小茂建议大家:“使用了防晒和隔离之后,每天晚上也要对颈部进行卸妆。除了每天的护肤程序,每周还要对颈部做一次深层清洁,可以去除颈部老化的角质。”对颈部做深层清洁,可以用专门的身体磨砂类产品,如果没有,可以用面霜混合白砂糖,在颈部微湿之后打圈按摩,同样可以起到去角质的作用。

## 放松颈部皮肤

因为经常看电脑和手机,很多人都成了“低头族”,所以除了使用护肤产品呵护颈部皮肤之外,平时生活中一些物理手段,也可以缓解颈部肌肤的紧张和老化。“淋浴时,可以用手指按摩后颈处,从而放松紧张的肌肉。另外,还可以平躺在床上,做燕子起飞的姿势,这样可以加速血液循环,防止颈部细纹加深和老化。”



Sisley  
美颈霜  
蕴含植物精华,促进细胞再生,平复颈纹,收紧肌肤。



IOPE 艾诺碧  
碧奥生源抗皱紧致精华乳  
富含视黄醇的科技配方,可以促进胶原蛋白的健康生成,赋予肌肤弹性,达到最佳抗皱效果。



塔莉卡  
胸颈护理精华乳  
含有吊瓜树果实萃取精华,有效对抗皮肤松弛,使皮肤保持紧实和弹性。



FANCL  
活力焕肤精华露  
为皮肤补充辅酵素 Q10,促进细胞新陈代谢,具抗氧化功效,帮助预防粗糙、松弛、皱纹等老化问题。



柏瑞特  
焕彩修护颈霜  
含有乙醇酸、氨基酸精华复合物、高粱汁和乳木果油以及高效铂金传输系统,能够均匀肤色、紧实肌肤、淡化颈纹。



伊诗贝格  
至美颈胸调理霜  
不含香精和色素,轻柔液状质地容易吸收,能紧致重塑颈部轮廓。



科颜氏  
多重紧致修颜面霜  
富含素方花提取物、玻色因和玻尿酸三种精华成分,能直入皮肤衰老过程的根源,解决肌肤轮廓、紧致度、纹理、弹性和皱纹等问题。

### 听专家的话

#### 配合按摩手法防颈纹

给颈部皮肤补水时的手法也很重要,四指并拢,由下向上进行提拉涂抹和按摩,这样可以促进产品吸收,除此之外,颈部是淋巴系统区,适当的按摩可以活络淋巴系统。在四指按摩时,除了从下往上提拉,还可以画“八”字形按摩,也能促使颈部淋巴系统循环更加通畅。如果已经有细纹产生,可以专门针对细纹进行按压,用手指的第二指节,蘸涂抗老产品,对细纹处轻轻按压。

平时做完面膜之后,可以将面膜纸和剩余的精华贴在颈部,为了防止精华滴下来,可以在颈部缠一圈保鲜膜,但是一定要缠得太紧。颈部如果有炎症出现,早晨起床之后可以用现泡的绿茶水,蘸湿化妆棉由下向上擦拭颈部。绿茶一方面可以抗氧化、消炎,还可以帮助皮肤代谢掉电子的辐射。

(吴瑞丽)