

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。“沐浴时，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。”

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，但是一定不要缠得太紧。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)



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。



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。



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。



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。



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。



科颜氏
多重紧致修颜面霜
富含素方花提取物、玻色因和玻尿酸等多种精华成分，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。