



# 夏日脱毛方法优劣大点评

炎炎夏日,随着清爽吊带装、漂亮超短裙的陆续登场,脱毛也就成了必修课。我们该如何选择适合自己的脱毛方法呢?为你推荐目前比较流行的几种脱毛方法,列出利弊,任你挑选。

## ◆脱毛膏脱毛

方法是利用脱毛膏中的化学物质来溶解毛发结构达到脱毛的目的。用脱毛膏时要先将脱毛膏均匀地涂抹在需要脱毛的部位,厚度大约为2毫米,5~10分钟后,用刮板将膏体及软化脱落的毛发刮净。用脱毛膏脱毛可大面积、快速地清除各个部位细小柔软的体毛,而对毛囊没有任何破坏性。但用这种方法脱掉体毛的部位大概经过三天就会长出新的毛发来。

## ◆蜜蜡脱毛

脱毛方法是用蜜蜡粘住体毛,借助撕除蜜蜡时的力量来拔除体毛。在使用蜜蜡脱毛时,应先将蜜蜡加热使其融化,再顺着毛发生长的方向将其均匀地涂抹在需要脱毛的部位,然后贴上纱布。待蜜蜡稍微冷却后,再逆毛发生长的方向迅速地剥取纱布,这样就可将毛发连根拔除。

用蜜蜡脱毛属于物理脱毛,对毛囊没有破坏性,适合去除手臂、腿部、腋下的体毛。使用这种方法可一次性拔除大片体毛,再长出来的毛发也比较柔软。用这种方法脱掉体毛的部位可持续2~6周的时间无体毛。

## ◆美容工具或器械脱毛

工具脱毛方法不会对皮肤造成伤害,因而使用最为广泛,是怕痛及皮肤敏感MM的最佳选择,这类方法可去除身体任何部位的毛发。不过,使用这种方法脱掉体毛的部位无体毛的时间都较短,一般三天以后就会长出新的体毛。

## ◆剃毛器去毛

在使用剃毛器脱毛前,可先在皮肤上涂抹剃须

膏,以免因干涩而损伤皮肤。不过,在使用剃毛器脱毛后,新长出来的体毛会比较粗硬,需要养成天天剃毛的习惯,否则体毛会长成类似小胡茬的毛发,极不雅观。

## ◆电疗脱毛

电疗脱毛是将极细的电线插进体毛的根部后通电,让电流破坏毛囊,从而达到永久脱毛的效果。在使用电疗脱毛前需先在脱毛的部位打上麻药,在脱毛的过程中,肌肤表面会有轻微烧灼的现象,因而会产生暂时性的小疤痕。大约1周后,这些疤痕会结痂、脱离。使用电疗法去除1根体毛大约需要20秒的时间,因此此法适合脱毛量少的人使用。

## ◆激光脱毛

这是现代医学美容的一种方法。它是利用激光的选择性光热效应,使特定波长的激光穿过表皮层,让毛囊内的黑色素选择性地吸收,由此产生热效,使毛囊坏死,不再生长。由于毛囊吸热、坏死的过程是不可逆的。但一般需要进行3~6次,才能达到永久脱毛的目的。

## ◆光子脱毛

光子脱毛是激光脱毛的升级版,也是现在女明星们最常用的一种脱毛方式,是目前最为安全有效、快捷、无副作用的高科技脱毛方法。它是利用毛囊中的黑色素可吸收特定波段光的原理,使毛囊温度迅速升高,从而精确地破坏掉毛囊中的毛凸和毛乳头,使其凝固、坏死,从而达到去除体毛的目的。

光子脱毛所需时间短,术后无须特别护理,具有痛苦小、效果持久、对表皮无损伤等优点。不过,一般需要4~6次手术,才能达到永久脱毛的目的。

## 五种水果防晒效果好

夏季,很多女孩子怕晒黑,于是选择涂抹厚厚的防晒霜,防晒不仅需要外涂还要经常内调,下面给你介绍五种水果,防晒效果比防晒霜还要好。

**番茄:**是最好的防晒食物,富含抗氧化剂番茄红素,每天摄入16毫克番茄红素可将晒伤的危险系数下降40%。番茄煮熟后比生吃效果更好。

**西瓜:**西瓜汁中含有多种有益健康和美容的化学成分,如能促进皮肤生理活性的氨基酸,这些成分易被皮肤吸收,对面部皮肤的滋润、营养、防晒、增白效果较好。

**柠檬:**含有丰富的维生素C,能够促进新陈代谢,美白淡斑,还能增强皮肤的抗晒能力。

**橙子:**含有大量维生素C和胡萝卜素,可以防晒,还能抑制致癌物质的形成。

**猕猴桃:**富含亮氨酸、苯丙氨酸等十多种氨基酸,还含有丰富的矿物质,对防晒有一定帮助。

## 药品网购迎来新机

刚刚从淘宝网分拆独立成军的淘宝商城,开始涉足另一个有着巨大消费需求的领域——医药。6月20日,国内领先的B2C平台淘宝商城宣布试水医药行业,淘宝商城医药馆同时上线。上海复美大药房、北京金象大药房、杭州九洲大药房、江西开心人大药房以及云南白药大药房等5家领先的医药公司作为首批合作伙伴集体进驻淘宝商城。

医药是与每个人生活都息息相关的行业,各种原因导致这也是一个饱受诟病的行业。医药行业触网,使得这个行业将因网购而更加透明、阳光——减少流通环节、降低流通成本,解决市场混乱、药价虚高的问题。消费者通过网购真正享受到安全、平价的药物,药商、厂商不必承担高额的渠道成本,药品因此回归原本的价值。

在网购已经成为很多人的主要消费方式的背景下,由于药品行业的特殊性,虽然国家食品药品监督管理局对通过互联网向消费者销售药品也制订了严格的准入制度以保障安全,但网购药品还是鲜有人尝试。

## 木瓜粥 清脂减肥滋阴养颜

木瓜营养丰富,还是美容养颜首选之饮食。除了生吃,木瓜还可以做沙拉或煮糖水,下面为你推荐一道木瓜粥的做法:

**材料:**粳米100克、木瓜200克、白砂糖50克。

**做法:**将木瓜冲洗干净,用冷水浸泡后,上笼蒸熟,趁热切成小块;粳米淘洗干净,用冷水浸泡半小时,沥干水分;锅中加入约1000毫升冷水,放入粳米,先用旺火煮沸后,再改用小火煮半小时,下入木瓜块,用白糖调好味,续煮至粳米软烂,即可盛起食用。



## 茄子含微毒须适量食用

茄子是我们经常吃的蔬菜,但有人说茄子里面有毒素,这是怎么回事呢?茄子是茄科类植物,而茄科植物中常含有一些生物碱类次生代谢物,其中最常见的是茄碱。茄碱有强心、降压、抑制癌细胞、抑制微生物等功能,但摄入过多时也会使人中毒。

茄子中的茄碱主要存在于果肉,而不是在茄子皮中。但是,茄子皮的颜色和果肉中的茄碱含量有很大的关系。紫茄子中茄碱的含量高,绿茄子的含量低。也就是说,颜色越深,含量越高。测定还发现,未全熟的茄子,茄碱含量比长熟的茄子高。吃下大量高茄碱茄子,容易发生恶心呕吐等不适反应。专家称,正常情况下下一餐吃250克茄子是安全的。

## 台湾最新推出“运动金字塔”

近日,台湾推出了“运动金字塔”。这个五层塔中,从家务劳动,到走路、打球都有一席之地。从健康养生角度来看,该宝塔比较科学,特别考虑到了老年人的身体状况。

### 第五层:静态活动

包括看电视、玩电脑等。老人在静坐养心时,最好坐1小时起来活动一下。

**第四层:肌肉运动** 包括仰卧起坐、俯卧撑、拉力带等。每周2~3次,每次30分钟即可。

**第三层:有氧运动和休闲运动** 有氧运动有慢跑、骑自行车、游泳、登山等;休闲运动包括网球、羽毛球等球类运动。可以锻炼心肺功能。每周3~5次,每次20分钟以上即可。

**第二层:伸展运动** 主要包括瑜伽、拉筋动作、柔软体操等。老人最好多做肩颈背部的拉伸,如站在墙边,双手沿墙不断向上爬伸;双手在身后握拳拉伸背部;手举过头顶,腰部后弯,拉伸腹部。每个动作持续30秒即可。这样的拉伸可缓解驼背和肩背痛。

**第一层:生活中的运动** 主要包括走路、园艺活动、家务、逛街购物等。其中最好的是走路、园艺活动,最好每次能坚持30分钟以上。

