

都市消费·主打/美容

端午小长假出行,如果你在出门前还没有准备好适合的防晒产品,对一些防晒的基本知识也不了解,就一定要先补上这堂必修课!

防晒产品要选好

有防晒功能的隔离产品



并不是所有的隔离都有防晒的功效,购买时一定要通过防晒系数和成分仔细辨别。

- ①植村秀全新泡沫隔离底妆液 参考价:390元/65g
瞬间即刻平衡肤色,有米色、粉色两款颜色可供选择。
②碧欧泉净透修颜隔离霜 参考价:420元/30ml
美白、防护、调色3合1,防晒同时还能修饰肤色。

美白类防晒产品

顾名思义,在防晒同时还有美白的功效,如果你是肤色偏暗的MM,这种类型的防晒产品最适合不过!

- ④香奈儿美白防护隔离乳液 参考价:540元/30ml
滋润有光泽,能提亮肤色,也不泛油光,双重防护还能轻巧无负担。
④雅诗兰黛璀璨美白防晒霜 参考价:580元/50ml
美白效果明显,还能同时隔离紫外线,非常适合干性缺油的肌肤。



身体面部都适用的防晒产品

这是最常见的防晒产品,尤其是出门的时候,不仅需要脸部的防晒,身体防晒也很必要。

- ⑤佰草集防晒乳液 参考价:180元/50g
质地清润舒爽,有效对抗紫外线,防水配方更适合去海边游玩的朋友。
⑥雪肌精防晒乳 参考价:280元/50ml

具有超高的防晒指数,不易因汗水或皮脂分泌而脱落,影响防晒效果,脸部、身体均可使用。

晒后修复很重要

1.喷雾 夏季在包里放一个保湿喷雾,无论晒后还是在干燥的空调环境里,可以随时对着脸做,出行的话更要带一个,随时修护晒后肌肤。

2.晒后修复乳 很多品牌都推出了各种质地的晒后修复产品,让晒后皮肤得到缓解,让防晒更彻底!

3.晒后修复面膜 记住晒后不可做美白面膜,皮肤容易刺激容易过敏,做些清凉修复型的面膜缓解皮肤症状就可以了!

◆编辑推荐:

⑦The Face Shop冰花水珠保湿睡眠面膜
有效修复紫外线对肌肤造成的损伤。

⑧雅漾活泉水喷雾 参考价:110元/150ml

炎热夏季或日晒后使用,可立时舒缓、镇静肌肤。

⑨薇姿晒后急救修复乳 参考价:188元/100ml
能在24小时内令晒伤红斑消失的修复乳。



辅助防晒重细节

1.防晒物品要备齐 每天的9:00到15:00期间,是户外紫外线辐射最高的时间,这时如果在户外的话,最好换上防晒服。建议挑选一件纯棉质地衣裙,棉布的防晒指数最高,其SPF值大约为15-40,其次为聚酯浅色衣服。除防晒衣外,墨镜、防紫外线伞也是必要的。

2.避免感光食物 感光食物有香菜、韭菜、酱油、白萝卜等,吃多了经紫外线照射易产生斑点,加重紫外线对夏日肌肤的伤害。鳗鱼、鲱鱼、冬瓜、花椰菜及筋肉等都含有“防晒营养素”,多吃这些美食可从中摄取保湿防晒成分。

3.SPF值的选择 日常防晒SPF值15上下即可,在野外游玩、海滨游泳时,SPF值要在30以上。如果要去游泳,最好选用防水的防晒护肤品。此外,肤色偏白者最好选用SPF超过30的防晒霜,防止斑点的产生。

4.防晒霜的使用 防晒霜要在出门前10-20分钟应涂抹,而去海滩前30分钟就应涂好,而且防晒霜在皮肤上涂抹量为每平方厘米2毫克时,才能达到应有的防晒效果,且SPF值不能累加。

无防晒不出行

□小霞

李晓宁:中国古方减肥第一人



李晓宁这个名字,对普通大众而言,其实知名度并不高,但是,一提到“秀域古方减肥”,相信很多人都会留下深刻的印象。从一名普通的职业经理人,变身中国古方减肥第一人、“全国三八红旗手”、“中国百佳成功创业女性”,李晓宁究竟是怎样完成她的华丽转身的?本次专访,笔者将为您揭开答案。

激情与诱惑:从“减肥斗士”到“古方减肥第一人”

对于创建古方减肥的原因,李晓宁坦承,这跟她自身经历有很大关系。她说自从有了爱美的意识,就一直在

和肥胖作“斗争”,试了很多方法都没什么效果,开始去相信中医,再后来就和中医大夫一起做方案,不断整理出来进行推广。

李晓宁表示,秀域主要的技术突破都来自于几位老学者的减肥实践:“我综合了他们的理论和技术,有意识地让自己瘦了胖了,胖了再减,反复试验,我现在身高1米62,体重减下来后一直保持在106斤左右。时间久了,对中医古方减肥的研究也更深入了,想用它造福更多‘胖友’的想法也越来越强烈了,2005年的时候,我终于下定决心自己创业,成立一个中医古方减肥机构。”

了解与专业:成就不一样的中式减肥机构

短短六年的时间,秀域古方减肥机构由最初创立价值仅二三十万元的小店,到

现在拥有近700家遍布全国的直营店,其成功的秘诀李晓宁用四个字做了概括回答,那就是“了解”和“专业”,即:秀域更了解消费者,且秀域古方减肥立足于中医研究的专业效果。

李晓宁笑着说,“减肥是骗不了人的,减前多少斤减后多少斤,大家心里都清清楚楚。秀域这些年的发展全靠诚信经营,是人们对秀域古方减肥品牌的信任才有了秀域的今天。”

●和平店:诚基中心21号楼1单元-111 电话:86992080

●杆石桥店:银座晶都国际2号楼214室 电话:67618087

●华龙店:七里河路锦绣泉城南门西侧 电话:61313460

●大观店:经五纬三交叉口北邻老年大学对面 电话:87501768

●翡翠店:重汽翡翠郡北区30号楼1单元102 电话:61313314

一身鸡皮疙瘩,你如何过夏天?



严重的色素沉着,呈暗红色或褐色,看起来很像“鸡皮疙瘩”,这就是毛周角化病,是一种慢性毛囊角化异常性

皮肤病,俗称“鸡皮肤”。鸡皮肤它不但影响美观,严重的会蔓延发展到其他部位,患皮肤癌的几率高三倍。

美迪娜丝净美鸡皮消在全国上市以来,以其“消疙瘩,褪色素”的显著功效,让无数饱受“鸡皮疙瘩”困扰的朋友们终于找到了祛除顽固“鸡皮肤”的方法。使用美迪娜丝净美鸡皮消,只需一涂一抹,一步消除鸡皮疙瘩,二步祛除沉淀色素,使用第一天:打通毛囊,润泽皮肤,不干燥,

清清爽爽,好舒服!使用第五天:周围的色素明显变淡,鸡皮疙瘩明显变小,好痛快!使用第十天:皮肤光滑细腻,讨厌的鸡皮疙瘩都不见了。太棒了!只需一个月:有效率达100%。肌肤变得白暂粉嫩,水润爽滑,犹如新生,一滑到底。

美肤热线:

400-060-7277

0531-66866813

经销地址:宏济堂参茸药店(共青团路66号)市内免费送货

江浙沪大型丝绸展正在省体育中心体育馆火爆热卖

据悉,目前在济南省体育中心体育馆召开的第15届江浙沪丝绸服装服饰大型展销会正在火爆进行中。本次展会时间为5月28日至6月21日,精心组织来自杭州、苏州、上海、湖州、台州等长江三角洲丝绸盛产地区的正规丝绸服装厂商,整合了广州、武汉、大连等地的



各类服装厂商共300家,打造特色、实惠的精彩展会。

本次展会高中低档各类丝绸服装产品齐全,男女夏季时装、中老年装,童装等覆盖面广,还有各类夏季家纺产品,加上厂商直销的超级低价,让济南市民享受到实实在在的实惠。

清凉、低价、特色,尽在省体育中心体育馆江浙沪大型丝绸服装展。(文/奇侠)

“中韩整形技术交流合作基地”在济揭牌



由中国医疗促进会国际推广委员会主持,韩国整形医师协会和济南韩美(国际)整形医院强强联手成立的“中韩整形技术交流合作基地”揭牌仪式在济南韩美(国际)整形美容医院举行。

出席本次揭牌仪式的有韩国整形外科技术协会会长朴准直先生、大韩美容外科科学会李峻哲博士、金南勋博士、国际整形再造及美容学会(IPRAS)孙笠先生、中国美容与整形医师协会郭峰先生、聂波先生、济南韩美(国际)整形美容医院院长谭琳女士,与会中、韩双方代表都做了最为恳切的建言。

韩国整形外科技术协会是韩国最权威、最具影响力的专

业医师协会之一,今天,济南韩美(国际)整形医院与韩国整形外科技术协会,强强联手,共同成立的“中韩整形技术交流合作基地,为济南乃至整个山东的爱美人士搭建了一个时尚、美丽的超级平台。同时也为韩美(国际)整形医院打造“齐鲁最大纯韩整形基地”做了最有力的诠释,基地成立后,韩国顶级整形专家将正式加盟韩美(国际)整形,与韩美(国际)整形专家联手,共同打造“齐鲁最大纯韩整形基地”,使“纯韩整形技术”在齐鲁大地上,在古老的泉城济南创造出更多有关美丽的神话。

中韩整形技术交流合作基地落户济南韩美(国际)整形医院,不仅要把韩国最纯正的整形美容技术引入济南,使泉城爱美者不出国门,便可享受来自韩国的一流整形技术,更要与韩国乃至世界的审美文化、审美理念接轨,紧跟世界整形美容的发展潮流,为求美者提供多元

相关连接:

济南韩美(国际)美容整形医院地处济南市市中区最繁华核心地段,6000平方米以上超大规模,拥有“高科美肤中心”、“微创整形中心”、“抗衰老注射美容中心”、“减肥形体精雕中心”、“中医养颜SPA美容中心”等多个高端科室和上百台国际顶级技术设备,超五星级奢华环境设施,白金航空级特色服务,全面打造齐鲁最强整形美容航母,是齐鲁最大综合水平最高的整形美容医院,也是齐鲁唯一提供真正韩国整形技术的国际化整形美容机构。韩美(国际)整形,托付一生的美丽选择!