

瘦脸：每天按摩5分钟 4周见效

健康

浣漏

鑒賤龔浜庸細2007/07/05 15:40

如何拥有一张小脸，成了许多时尚爱美人士的追求。据大S《美容大王2》介绍，在很多明星中开始流行的“瘦脸秘诀”就是打“瘦脸针”。何为瘦脸针？据专家解释，“肉毒杆菌”就是我们俗称的“瘦脸针”。其原理是阻断神经与肌肉的神经冲动，让过度收缩的肌肉松弛，麻痹过于发达的肌肉，达到小脸的功效。其作用是使咬肌部分萎缩，但不影响咬肌的基本生理功能。“瘦脸针”主要适合咬肌比较发达的人，比如脸部丰满，肌肉发达的女士，和常年嚼槟榔、坚果等咬肌比较发达的男士。

但是，打“瘦脸针”可能有副作用，比如会影响面部表情。这取决于注射“肉毒杆菌”剂量的多少及注射速度和位置。所以，选择正规的整形机构和经验丰富的医生非常重要。

按摩也可以帮助瘦脸，如果每天能坚持做按摩，瘦脸效果在四星期之内可以看出来。要知道自己的脸究竟有多少多余的肥肉，首先将镜子放在胸口位置，头向下看，看到松出的部分就是要清除的肥肉了。取出珍珠般大小的按摩膏，平均点在下巴和两边脸颊位置。沿着脸部轮廓，由下向上左右交替向上推，同样动作连续做5分钟。将双手包住脸颊1分钟，因为掌心热力有助皮肤吸收。