

涓 杓漢兼姪緇 - 涓 涑鏼工逢鑑伴掬鏼朵龔 - 鍅儿棉錦冬汉紺愼施浜ゆ禱 教你如何快速消除眼袋

健康

浣滑

鎏賤龔浜庸緇2007/09/25 19:08

过早出现下眼袋是由于下睑眼皮老化、松弛，皮肤与眼轮匝肌之间的纤维组织连接减弱，导致眼眶内较多的脂肪组织膨出，使下睑臃肿，造成难看而突出的囊袋。若想延缓这一“人到中年”之后的美中不足，不妨依靠按摩及运动使其肌肤变得结实些，以期保留或恢复青春外貌，避免下眼袋过早来临。

为了消除下眼睑松垂或形成囊袋，最好每天能斜卧在一块斜面木板上几分神，借此姿势增加头面部血液循环，以改善颜面部肌肤营养状况。每晚睡前若能用维生素E胶囊中的粘稠液对眼下部皮肤进行为期4周的涂敷及按摩，常能收到消除下眼袋、减轻衰老的良好效果。

睡前在眼下部皮肤上贴无花果或黄瓜片，坚持久用常可收到减轻下眼袋的美容效果。也可利用木瓜加薄荷浸在热水中制成茶，晾凉后经常涂敷在眼下皮肤上。木瓜茶不仅可更新疲劳的眼睛，而且还有减轻眼下囊袋之功效。

对待下眼袋，在国外有人常采用加温的蓖麻油或橄榄油，每天在眼袋处湿敷15分钟到数小时，这些物质有助于解决眼下部所出现的囊袋问题。

黄春菊去眼袋液

黄春菊对缓解眼部疲劳或浮肿有奇效。如果你知道自己将要夜以继日地工作，外出前先制作好黄春菊去眼袋液并冰冻好，以备次日消除眼袋。(可以在冰箱内保存几天。)紧急时，你还可以使用黄春菊茶凉袋：使用前先放入水中煮，然后再放入冰箱制冷！

10克干黄春菊花

新鲜、煮沸的纯净水、矿泉水或雨水

制作时，将黄春菊花放入(有柄的)大杯中，倒满热水；放置冷却，然后过滤至消毒过的广口瓶中并放入冰箱制冷。使用时，先将棉绒垫在凉茶中浸湿，挤干水分，然后贴在眼睛上15~20分钟(使用棉绒垫而不是海绵球，前者在眼部的覆盖面更广)。用指尖沿颧骨轻轻按压，有助于进一步发挥消肿作用。