

hi84137983 / November 08, 2011 12:45AM

[幾招讓你的眼睛「永葆青春」](#)

想讓自己看起來永遠年輕?在眼睛上下功夫，最立竿見影。平滑盡致的眼周肌膚，黑白分明的雙眸，清澈閃爍的眼神，這些才是青春的醒目標籤。想要不暴露自己的年輕嗎?一定要好好養護自己的眼睛哦，不要讓眼睛出賣你的年齡哦!

一、眼周要分區護理

下眼瞼最容易滋生干水紋，熟齡紋等惱人的細紋了呢。但只給下眼周肌膚補充營養，卻忽略了上眼皮，這可不是高明的護眼策略哦。正確的塗抹眼霜的方法就是下眼周肌膚要注重滋潤，上眼周肌膚要注重緊致哦，用質地輕盈的眼霜來強化上眼周肌膚的耐受性。

二、眼睛保健操必不可少

長時間用眼會導致疲勞，目光無神也容易讓整個人沒什麼精神。所以當你感覺到疲憊的時候，將手臂伸直放在眼前，直視掌心約10秒鐘，放下雙手，目光正式前方遠處，直視10秒鐘，重複六次，可有效減輕眼壓，讓疲勞感得到舒緩。

三、不要長時間戴美瞳

對於大多數OL來說，美瞳並不適合長時間佩戴。因為辦公室環境乾燥，長時間戴美瞳會造成眼周肌膚乾澀，加上電腦屏幕輻射和長時間工作的影響，美瞳鏡片會給眼睛帶來負擔，還會導致眼角下垂，眼周肌膚疲憊鬆弛。

四、讓眼睛亮起來

用彩妝給眼周肌膚打足光，才能讓眼神看起來更清澈動人。首先應該用高保濕眼部精華打底，增加眼部肌膚的滋潤度。然後用眼部專用的底妝產品，以輕輕點壓的方式為眼周提亮，減輕眼角下垂感。

五、眼部更需要防曬

眼部肌膚多缺少脂肪層，比面部肌膚薄弱的多，在城市生活中很容易受到各種外來侵襲的傷害。給眼周肌膚選一款質地輕盈的隔離產品，它能幫助眼部肌膚有效抵抗空氣粉塵和微波輻射，還能減輕眼妝產品對眼周肌膚造成的負擔。

六、讓熱敷成為保養前奏

長時間用眼，讓眼周肌膚疲倦，眼霜的吸收度也會降低。所以我們可以用熱敷的方式，促進肌膚的血液循環，讓肌膚重新恢復滋潤、柔軟。再用眼部保養品，會比較容易吸收。除了傳統的毛巾熱敷，茶包舒緩眼部，新式的蒸汽眼罩也值得一試哦。

七、巧用精油收縮眼袋

普通的精油不能直接用於眼部肌膚，可以將精油滴入性質溫和的柔膚水中，以平常護膚用量稀釋兩至三倍，能有效改善眼部肌膚。特別是薰衣草精油可以有效減少黑眼圈。

八、一遍眼霜怎麼夠?

雖然眼霜小小一瓶實在不經用，但用量過少，眼霜無法發揮應有的功效，得不償失。急需改善眼部狀況的你，眼霜一定要塗夠量，最好還可以加一層容易被吸收的眼部精華。