



## 男士夏日護膚控油是關鍵

男人與女人的生理差異，讓男人的皮膚天生就不如女人白嫩、細膩。如果說女性護膚除了基本的清潔，美白也很重要的話，那麼，男性控油則顯得更為關鍵。因為與女性相比，男性皮膚毛囊和皮脂腺更為發達，皮脂分泌也更旺盛，男性中油性皮膚的人比例很高。這些油性皮膚的朋友如何做好日常護理呢？

努力做到控油和水油平衡是對付油性皮膚的關鍵。油性皮膚的人，毛孔易被油污和角質堵塞形成粉刺或暗瘡，如果護理不當，臉部常常會留下令人討厭的凹洞疤痕。你不重視它，它就會在你的臉上還以「顏色」。

護理皮膚清潔是關鍵，也是重點。油性皮膚的朋友，應選擇有控油作用的產品，並注重日常護理。具體的實施辦法如下：每天早晚洗臉時，先用溫水濕潤面部，然後用潔面產品輕揉面部2—3分鐘，之後用冷水沖去。

男性的護膚意識亟待提高  
血管收縮，以此減少油脂分泌。洗臉之後，還需要使用收斂性化妝水拍臉，這樣可以使在清潔過程中擴張的毛孔收縮，最後再用清爽型的乳液，使皮膚滋潤不乾燥。

如果毛孔阻塞特徵非常明顯，油脂分泌特別旺盛，必要時每週做一次去角質，早晚都無所謂，但一定注意保濕和防曬。由於新陳代謝較為旺盛，油脂、死細胞、死皮等物質不一定能在每天的潔面中去除，所以可以採用磨砂或有角質松解作用的產品對皮膚進行深層清潔。

此外，男性由於忽視對皮膚的護理，皮膚「受傷」的幾率其實比女性大得多，男性的護膚意識亟待提高。同時，健康的生活方式對肌膚健康尤其重要，很多男士在外應酬多，吸煙、飲酒從不在乎，這對皮膚損害很大，另外，還要注意適當的運動，因為運動能加速新陳代謝，保持肌膚活力。

# 男士切勿忽略眼部保養

都說每一個人的眼眸裡，都閃爍著心靈的光芒，但是這扇「心靈之窗」卻被許多男士忽略了。他們或許會有清潔的習慣，或者有的還是在意潤膚步驟的。可是，懂得眼部護理重要性，並在日常保養中做到了的，卻是少之又少。當男士們被黑眼圈和眼袋、細紋等問題困擾的時候，就請認真做好眼部護理吧！

男士保養態度應轉變 多多照顧眼部肌膚  
男士們不像女性，平時就對保養格外的用心，對於眼部護理更是捨得砸成本。而男士們大部分都只是停留於對於臉部的基礎保養，而完全忽視了眼部肌膚的護理。

現在這個時代，男士們的壓力很大，因此眼部肌膚更容易出現問題，所以所有的男士都應該轉變以前的保養態度，將眼部護理

納為保養的重點來進行。

哪些可能導致眼部皮膚問題？

男人的魅力首先來自於眼睛，動人深邃的眼眸、飛揚的神采一切都是男人自信魅力的所在。然而事業壓力，熬夜加班，抽煙、喝酒、非健康食品，再加上外部環境的刺激使得肌膚老化現象和時間的消逝一樣，不可避免。

以往的調查研究顯示男性40歲後，皮膚老化問題才會表現得非常明顯：眼睛疲勞，進而會導致眼部周圍血液循環流通不暢，眼部出現浮腫、眼袋、黑眼圈、皺紋……然而現在許多人還不到40歲，老化就已經提前到來了。

如何對付眼袋

1. 先在眼瞼下方均勻塗上最有改善眼袋

功效的眼霜。

2. 將雙手的中指按壓在雙眼兩側，用力朝太陽穴方向拉，直至眼睛感到繃緊為止。

3. 雙眼緊閉再睜開，然後鬆手，重複做6遍。

如何消除黑眼圈

1. 臨時對付黑眼圈最有效的辦法是用乾淨的毛巾裹著冰塊，在眼部冷敷10—15分鐘，眼部會感覺比較清爽，浮腫也會消散，看起來比較精神。

2. 把用熱水浸泡過的毛巾擰乾，在眼部敷10分鐘左右，可以使眼部周圍肌膚放鬆；接著，由內而外按摩眼部周圍的皮膚，讓血液循環加快，黑眼圈即可有減輕的效果。

3. 將隔夜的茶包(綠茶最佳)敷在眼部20分鐘左右，用清水洗乾淨眼部肌膚，然後擦上眼霜，按摩。

4. 將土豆切成2厘米左右的片，每次敷在雙眼上面5分鐘左右即可。

# 男士必知夏季防曬七大誤區

夏季到來，女人們紛紛開始做起了防曬美白功課，而對於更愛外出的男士們，你真的會防曬嗎？

皮膚曬黑了就不需防曬

一、皮膚曬黑了就不需防曬

實際上，肌膚曬黑後是更需要防護的，因為曬黑的肌膚同樣會受到UVA的傷害。皮膚增厚和黑色素的產生是肌膚自我保護的表現，但黑色素只能部分吸收UVB，卻無吸收

UVA的功能。所以，在太陽與皮膚之間營造一道隔離屏障是必不可少的……

二、曬傷後等到秋天再修護

曬後護理是要在日曬的當天甚至當時就進行的！時間越早，肌膚受損的程度就越小。這樣不僅可以迅速減輕肌膚紅腫灼熱的反應，而且有利於減緩紫外線的傷害。

三、涼風下紫外線不強烈

爬山時，越往上走山風越涼，這時紫外線卻越強。每往上爬1000米，紫外線就增強10%。在大海也同樣如此，海風讓你感覺涼爽，然而此時的紫外線往往已達到極強的程度。所以，千萬不要被習習涼風所迷惑了。

四、陰天時紫外線很弱

實際上，雲層對UVA紫外線幾乎不起任何隔離作用，所有的UVA紫外線都能穿透雲層，也就是說90%的紫外線都能穿透雲層，惟有昏暗而又厚重的雨雲層才能阻止部分紫外線……

五、熱水洗臉能舒緩曬傷

如果在外邊曬了一天，再用熱水洗臉，肌膚會被熱水灼傷。只有溫涼水才能令毛孔收縮，令肌膚冷卻下來，達到消熱退紅的作用……

六、果酸產品脫掉曬黑的皮膚  
使用果酸護膚品後，臉上一般會



脫落一些小皮屑，而皮屑脫落後，新生皮膚便直接暴露在陽光下，更容易受到夏天強烈紫外線的灼傷，使新生肌膚嚴重受損。

七、傘和玻璃可以防曬

打一把遮陽傘就能遮陽了嗎？事實上，50%的紫外線都可以透過遮陽傘的隔離，傷及肌膚。玻璃也是如此，它只能隔離紫外線B，而紫外線A可以毫無阻攔地穿透玻璃。

# 揭秘領結的前世今生

說到領結，你怎麼看？是覺得它太老古董，還是對其深感無所適從，壓根兒就不知道什麼時候該戴？關於領結的一切，今天就讓我們為您來解析。

關於領結的前世今生

領結起源於17世紀在歐洲戰爭時期的克羅地亞傭兵，他們使用絲巾圍繞頸部以固定領口，這方法逐漸被法國上流社會所採用。後來，法國的大臣們都會在脖領上系一條白色圍巾，並在前面打一個漂亮的領結，就這樣，領結成了高貴的象徵。

到了19世紀末期，領結的末端變得越來越長，漸漸演變成領帶，領結則逐漸變得不再時興，成了老派的象徵。但到了當今社會，領結正在重新被人們認識，並且大量使用。一些人穿戴領結出席較輕鬆的晚宴、雞尾酒會或晚上的活動。而實際上，領結至今都被認為是最隆重且是唯一的男士領口裝飾。

哪些場合適合打領結？

對於現代生活而言，讓先生們冷不丁用回領結也不是件容易事。首先，領結還是專屬正式和比較隆重的場合的，類似慶典、派對、酒會等。而且，一旦碰到比較商務性的談判或會見，人們還是比較自然地選領帶。其實，祇要你對自己的品位有自信，領結完全可以在任何場合代替領帶，就像著名

紳士禮儀專家K. Cooper Ray說過的那樣：「領結不是老派，而是經典，舊時尚正在回潮，祇要你習慣接受了它，你會發現它比領帶更實用好戴。」

選領結入門竅門

很簡單。保守派以及上了年紀的男士應該選擇寬度不小於1.5英寸（3.8厘米）的經典結或鑽石菱形領結。至於那些特別細長，或者特別寬肥的領結，就留給愛扮酷的男孩吧。另外，如果是黑色領結最好是真絲材質。

領結紳士榜樣

1. 溫斯頓·丘吉爾

出身貴族的丘吉爾一生有著太多傳奇經歷。他那標誌性的肚臍，永不離手的雪茄與經典的領結成了他獨特的個人標籤。

2. 亞伯拉罕·林肯

美國第16任總統，現在看來，林肯絕對稱得上是平直型領結的擁護者，的確，線條硬朗的平直結十分配他棱角分明的臉型輪廓，以及正直堅毅的性格。

3. 詹姆斯·邦德

甭管007演到了第幾代人，兼具了優雅紳士與勇敢智慧的詹姆斯·邦德都是永不落幕的銀幕英雄，他那打著領結的經典英國紳士形象也絕對稱得上「領結男人」中的經典。



# 男士袖扣佩戴方式及搭配貼士

袖扣的大小與光芒有些類似於女人戴克鑽鑲戒，它所處的位置是那麼獨特，在男人的手腕「拐角」，方寸之間就製造了一個視覺亮點，將男人原本單調且雷同的西裝加襯衫的行頭加以識別。而袖扣也是討巧的，一處小小的點綴，就能讓男人在舉手投足之間散發最大的品位魅力。

三大袖扣版本

古董袖扣

這類袖扣都有相當的歷史和背景，因而價值非凡，有些有紀念意義，有些與主題活動相關，有些則是名家設計師的作品。適合富有身份的企業人士，出席重大場合時佩戴，又具有收藏價值。購買地：各類藝術品拍賣會

大牌袖扣

一切奢侈品品牌推出的袖扣，一般都有鮮明的品牌logo，以金、銀、鉑金或者鑽石、寶石等貴重材料為質地，如卡地亞、萬寶龍等，有的鑲有昂貴寶石因而價格昂貴。適合各個年齡階層的紳士和職場人士。購買地：各大牌專賣店

設計感袖扣

奢侈品品牌或者設計師品牌推出的作品，富有設計感，材質多種多樣，包括陶瓷、布料、木頭等。適合富有藝術氣質的雅皮或時尚年輕人士。購買地：各品牌專賣店、古董店、二手市場。

搭配技巧

1. 金屬材質的簡潔造型袖扣，顯得穩重，搭配性強，但相對而言中規中矩，適合低調內斂的男士。當然，如果你是

個新手，又怕失手，這種袖扣不失為穩當的選擇。

2. 體格魁梧的男士應盡量避免造型小巧精細的袖扣，輪廓稍大的形狀會顯得更大氣。反之，身形偏瘦小的男士，選擇袖扣時以精細造型為佳。

3. 鑲嵌彩色寶石的鏤空雕花袖扣，比較適合性格外向的活潑男士。造型奇特、怪異的袖扣則不是一般男士的首選，更適合願意標新立異的型男。

4. 如果你有細膩的皮膚，那麼打磨光亮的手工袖扣是首選。相反，如果你皮膚粗糙暗啞，略顯粗獷的袖扣能凸顯男人味。

搭配場合

辦公的場合：白色襯衫搭配透明色或深藍色袖扣、領帶建議選用深藍色或黑色，會產生令人信賴的感覺。

競爭的場合：深藍色粗直條紋襯衫搭配金屬質感袖扣、領帶選用暗色系，易製造信服人的效果。

派對的場合：粉色襯衫搭配深色系袖扣、搭配牛津風斜條紋領帶，有讓人放鬆、休閒的感覺。

歡樂的場合：粉色襯衫搭配金屬色袖扣、領帶選用粉紫雙色列可以讓自己更顯得活力無限。

重要的場合：灰色襯衫搭配銀色袖扣、用亮銀單色領帶，有沉穩高貴的效果，亦有形象加分效益。

袖扣與領帶夾的色彩拼接

袖扣與領帶夾的色彩拼接袖扣對於男人是一種高品位的象徵，袖扣雖小，卻在服飾中擔當了重要的使命，起著畫龍點睛的妙用。雖是小小的點睛之筆，卻可以令你散發出無可抵擋的王者風範！在這個秋日，屬於男人的袖扣和領帶夾再次親密接觸，玩起色彩拼接遊戲，令你秋冬的婚禮多了幾分跳躍，少了幾分沉悶。