

私人美容顾问、台湾抗衰老第一人、日本国立滋本大学抗衰老博士
主持人：林耀兴，长沙星雅医疗美容医院特邀专家、大S



■制图/陈琼元

皱纹，将女人的美丽瓜分殆尽。它也一直是让女人伤心的话题，每当脸上增加一条细纹多一条皱褶时，女人们的叹息和尖叫声就会成倍增加。林博士说，25岁，是女人的分水岭，皱纹开始侵扰女人的脸部，川字纹、法令纹、鱼尾纹……毫无“商量”地在女人脸上“绽放”。他提醒，经常嚼口香糖、侧卧、过高水温洗脸……这些易被忽视的坏习惯，都会“招来”皱纹。

美肤指南

女人的皱纹，伤不起 嚼口香糖、侧卧睡 都会“招纹”

壹 25岁是女人的分水岭 川字纹或法令纹等爬至脸上

在女人的世界，25岁是一个分水岭，一旦过去，就意味着衰老的来临，皱纹会慢慢覆盖在你的脸上。可是，你知道吗？皱纹也有分类，仔细照照镜子，你会发现脸上已经有了很多顽固不化的“纹路”。

抬头纹 抬头纹是典型的动力性皱纹，因前额肌肉收缩过多而形成，它也是面部最先出现的真性皱纹之一。有抬头纹的人容易给人以衰老、劳碌的感觉。

川字纹 川字纹是位于两眉之间的纹路，由皱眉等动作而产生，也属于动力性皱纹。川字纹会给人留下压抑、郁闷、痛苦的印象。

法令纹 法令纹位于鼻唇两侧，从鼻翼两侧延伸向嘴角的两条对称纹路，有肌肤表面凹陷的现象。明显的法令纹，常常看起来较为衰老、严厉，给人一种距离感。

眼部皱纹 眼部皱纹包括鱼尾纹和眼袋纹，眼睛四周的皮肤只含有极少量的脂肪，是面部最薄的皮肤，容易水肿，异常脆弱，我们在脸上发现的第一道皱纹往往是鱼尾纹。

颈纹 颈部向来都是容易被忽略的部位，但实际上颈部皮肤比面部更薄，秋冬也更容易形成皱纹。颈部皱纹通常有两种，一种是初期老化的皱纹，十几岁时便开始出现，这种皱纹通常不明显。另一种是随着年龄的增长而加深，特别是如果平时坐姿“固定”，缺乏运动，体重增加，纹路就会提早出现。

贰 经常嚼口香糖、侧卧睡 都会“招来”皱纹

林耀兴博士提醒，脸上“沟壑”的产生与生活的小细节有密切的关系。很多不良的习惯，都是导致皱纹产生的直接原因，比如以下几点：

经常嚼口香糖 咀嚼动作是人们每天都做的运动，它可以强健面部肌肉，但不正确的咀嚼方法，如习惯性单侧咀嚼，容易造成一侧肌肉发达丰满，而另一侧肌肉萎缩，面部不对称的结局。嚼口香糖过量更可能导致或加深嘴角纹。

长时间侧卧睡眠 长时间的俯卧或侧卧睡眠，会压迫面部皮肤、肌肉，造成血液循环受阻，导致面部浮肿，形成皮肤压迫性皱褶。

清洁不够彻底 很多女性脸上的皱纹都是这个原因造成的。忙碌了一天，身体疲惫，睡前很容易将暴露了一天的皮肤的清洁过程看作是一个形式，一天的油脂、灰尘和化妆品继续附着在脸上，皮肤呼吸受阻，新陈代谢不能正常进行，给细菌繁殖提供了条件，最终导致了“沟壑”的产生。

丰富的面部表情 其实，丰富的面部表情原本是作为一个优点存在的，然而过于频繁的收缩、舒展、牵拉皮肤的运动，最终形成习惯性的皱纹，如额头的川字纹、抬头纹等。

洗脸水温度过高 洗脸水以30摄氏度左右的温水最合适，如果水温太高，皮肤的皮脂和水分会被热气所吸收，而使皮肤干燥，日久天长逐渐在脸部产生皱纹。

你知道吗？

中国女性的皱纹比法国女人轻得多

2005年，有人对比过中欧人群的皮肤老化情况，发现中国女性的皱纹比法国女性轻得多。一种喜欢出现在嘴角、又叫“木偶纹”的口周皱纹，法国女人会比中国女人早出现10年。在21岁-40岁的年龄段中，法国女性眼角鱼尾纹的发生率是中国女性的2倍。也就是说，一个35岁的中国女性，看起来会比同龄的西方女性显得年轻。

明星去皱爱用玻尿酸

面部皱纹是很难避免的，眼角、嘴角、额头等部位都可能出现皱纹，大部分明星，如大小S、阿雅等，都会选择注射玻尿酸除皱。

玻尿酸，也称透明质酸，是一种多功能基质，广泛分布于人体各部位，其中皮肤就含有大量的透明质酸，人类皮肤成熟和老化的过程，就是透明质酸含量减少的过程。现代医学研究发现，补充进入体的玻尿酸成分，与体内原有的透明质酸融合，为肌肤中弹力纤维和胶原纤维提供充足的水分，可改善细胞代谢环境，增加皮肤的弹性等。

■整理 刘玉锋

2010.9 2011.9

星雅 10th 周年

芳华盛宴 ◆ 倾情感恩

9月28日

台湾地区林耀兴博士 | 韩国金振玉教授

星雅亲诊

手术预约仅剩5个名额

9月28日星雅院庆日 更多惊喜请致电

全项目7.5折优惠

- 整形全免名额抽取 (并赠送项目体验券)
- 现金大奖抽取
- 预约金4倍抵现
- 来院可获赠精美礼品

活动截止日期：9月28日

【中国台湾】
◆ 林耀兴 教授
台湾大S美容顾问
非手术开创者
擅长：非手术除皱塑型
大S美白针

◆ 李 雯 教授
湖南经视《天使爱美丽》
首席主刀专家
全国百强丰胸专家
中南部改脸型权威
擅长：丰胸 | 改脸型 | 五官整形

【韩国】
◆ 金振玉 教授
韩星河莉秀美容整形顾问
擅长：五官整形
面部轮廓雕塑

星雅医疗美容医院
Sinya Medical Cosmetic Hospital

美丽热线：83885588
地址：长沙市中山路240号(青少年文化宫旁)