



冬季,人体阳气内藏、阴精固守,此时正是养生的最好季节。在东方养生智慧中,中药养生一直是人们津津乐道的养生之法,因为中药成分能够行气活血,改善微循环,从而由内而外维持机体平衡。小编提醒一些还在为“熊猫眼”苦恼的美眉,在冬季中药养生的氛围中,不妨让眼部也享受一下中药养护的好处,让烦人的“熊猫眼”消失在这个冬天。

中药养眼 让黑眼圈逃不过冬天

冬季,养生又“扫黑”的黄金季节

中医理论提倡“不治已病,治未病”的观点,喻示人们日常生活中要注意养生,才能保健防衰,防病于未然。中医认为,人类到了冬季,阳气内藏、阴精固守,此时摄入补品补药,可以使营养物质易于吸收蕴蓄,进而发挥更好的作用。

这个季节,越来越多的人加入了养生的队伍,中药养生法尤其受到青睐。其实中药成分不仅可以强身健体,还是美容养颜的上佳之选,比如,去除黑眼圈。

有中医专家指出,人体是由颜面五官与五脏六腑、皮肉经脉构成的一个平衡有机整体,气血平衡主宰着人体的正常生命循环和代谢。气血通畅则肌体充满活力,容光焕发;气血循环不畅则导致肌体营养供应不足,细胞代谢异常,代谢废物堆积。

眼部肌肤尤其脆弱,肌体气血循环不畅,很容易造成眼部肌肤血液和营养供应减少,导致眼部肌肤出现皱纹、眼袋和黑眼圈等问题。所以去除黑眼圈,关键是要改善微循环。有些中药成分,恰恰就是黑眼圈的“克星”。

【美眼药材群芳谱】

有很多人犯疑,哪些中医药材,能够发挥去黑的“神奇”功效呢?对此,有中医专家解释,珍珠、琥珀、冰片……这些都可改善眼部微循环,都是黑眼圈的“克星”。

珍珠——古埃及时代的美容圣品

每一颗上品珍珠都必须汲取数十年海洋精华的孕养,才能成为隐藏巨大生命动力的珍品。早在4000年前的埃及,宫廷贵妇们就用珍珠粉拌牛奶滋润肌肤,用珍珠粉和葡萄酒养颜。从明代的《本草纲目》到西汉的《名医别录》,再到清代的《雷公药粉性赋》,珍珠在中国也有长达二千多年的美颜养生历史。唐代武则天、清朝慈禧,都曾倚赖珍珠粉来维持她们娇艳的容颜。

现代研究证明,珍珠是纯天然的、没有任何副作用的天然美容品。珍珠可有效美白、祛皱、保湿、防止肌肤老化。其水解物中富含多肽、酶等珍珠活力因子能够紧致肌肤,提亮肌肤光泽,改善黑眼圈。

琥珀——远古遗留的美目瑰宝

琥珀历来就被古今皇室贵族视为吉祥如意之物,它是远古时代的珍贵产物,松柏科植物的树脂,历经千万年沧海桑田的变迁,拥有高度艺术价值,象征着高贵、古典、含蓄的美丽。

琥珀在中医理论里一直有安神定气的功用,更具显著的美肤功效。《本草经疏》:琥珀,专入血分。心主血,肝藏血,入心入肝,故能消瘀血也。东方医药典籍多处记载其消瘀安神、去翳明目的功效,是中药中养眼的瑰宝。

冰片——高纯度浓缩的护眼精萃

冰片又名龙脑香,是从龙脑香的树脂和挥发油中取得的结晶,是近乎纯粹的右旋龙脑。《海药本草》记载:主内外障眼,治五痔、明目、镇心。

在古代美容配方中以清热散火、排毒除浊之功效著称,有开窍醒神、消肿止痛、去翳明目、防腐抑菌等作用。常用于因血热、内热蕴结所致的疮疡肿疔等症以及各类眼疾的治疗。

炉甘石——矿物中的护眼卫士

炉甘石属菱锌矿,含多种人体所需的微量元素,能解毒明目退翳,收湿止痒敛疮。在医学上常用于治疗目赤肿痛、眼缘赤烂,对眼睛红肿胀痛及各种眼睛炎症有极佳的缓解和修复作用,被称为矿物中的“护眼卫士”;还可用于皮肤炎症或表面创伤,有很好的收敛、保护作用。

【小编总结】

原来我们常常听到的中药成分,竟然包含这么多的玄机。看来,中药成分主要是通过清热解毒、活血化瘀、改善微循环来美颜养生的。“新生活·健康”刊发的一系列有关黑眼圈的报道,引发了很多读者对黑眼圈问题的关注。通过专家的解读,大家也许会得到启发,平时最好选用具有活血化瘀、改善微循环功效的中药型眼霜,才能从源头消除黑眼圈。那些被“熊猫眼”困扰的姐妹们,不妨试试。

护眼TIPS

∞大护眼好习惯,你都做到了吗?

- 1 保证充足的睡眠,睡觉时仰睡而不是俯睡,尽量使用柔软的枕头;
- 2 睡前一小时内不再喝饮料和水,对预防眼部浮肿及眼袋很有效;
- 3 应尽量避免过度地搓揉眼部,如果眼部干涩,滴适度眼药水;
- 4 化妆妆后,眼部卸妆要彻底,最好用专业眼部卸妆液卸妆;
- 5 定期使用眼膜,可强化眼霜无法解决的眼部问题,每周一到两次;
- 6 适当的眼部按摩,涂比日常用量稍多一点的眼霜并轻轻按压;
- 7 适当的有氧运动,如慢跑、爬山等,使血液保持充足的氧分。一周两次,每次2小时左右;
- 8 上、下眼睑常有意识做闭合运动,使眼睑肌有收缩与放松的感觉,可延缓黑眼圈、眼袋的产生。

■整理 刘玉锋

【互动专区】

发微博领小样!即日起,拍摄本版下方的广告照片发新浪微博@马应龙八宝药妆,并发私信告知姓名、手机、地址,即可免费获得马应龙八宝小样1份!



 中国非物质文化遗产

告别熊猫眼

马应龙八宝眼霜





四百年古方精华
改善眼部微循环

天然提取物
调节色素代谢,减少色素沉着

独特保湿因子
深度滋养焕发肌肤活力

马应龙药业集团荣誉出品
药房专售 **0731-82563746**