

Eucerin 为您呈献美肤系列

Eucerin®

效果显著的医疗肌肤科学

年龄不过是数字!

对女人来说,时间是皮肤最大的敌人,勤于护肤才能对抗岁月。针对自己的情况,找到适当的护肤法,每天严格按照这套方法照顾自己的肌肤,并配合健康的饮食与生活方式,保持乐观的心态,你就能减低岁月对肌肤的伤害,在任何年纪看起来都容光焕发。随着护肤科技的不断进步,人们发现透明质酸在抗老护肤方面所扮演的重要角色,“让岁月不留痕”不再仅仅是梦想。

随着年龄的增加,肌肤也会自然跟着老化。内在老化是指肌肤自然老化的过程,这包括皮肤制造的胶原蛋白和弹性纤维越来越少,死皮脱落和细胞再生的速度越来越慢,肌肤底层脂肪流失,皮肤开始松弛下垂。这个老化过程从20多岁就开始了,随着年龄的增加,在脸上留下的痕迹日益明显。

肌肤内在老化的速度跟遗传基因有关,基因决定了肌肤对老化过程有何反应。但是,这并不是说你对肌肤的老化就完全无能为力。

内在老化也称为“光老化”,紫外线是造成光老化的元凶。紫外线可伤害肌肤内的胶原蛋白与弹性纤维,同时减慢皮肤制造新胶原蛋白的速度,而胶原蛋白是皮肤更新的重要元素。

重复的面部表情是导致面部出现皱纹与细纹的一大原因,随着肌肤失去弹性,皮肤渐渐无法回到原来的状态。睡觉的姿势也会导致皱纹的出现,因为面部肌肤往往被压在枕上达数小时之久。

一些不良的生活习惯,如抽烟,饮酒,缺乏睡眠,以及饮食中缺少具有抗氧化功能的维生素成分,都会加速肌肤老化。

神奇护肤成分

透明质酸之所以引起人们的注意,是因为ABC新闻一篇题为“长寿村:透明质酸真能抗老吗?”的报道。

文章报道日本一个叫做Yuzuri Hara的村庄,居民不但很长寿,而且在80岁或甚至90岁的高龄,皮肤依然很好。

研究显示,这些长寿居民保持好皮肤的一大原因是因为他们常吃一种含有丰富淀粉质的蔬菜,这种蔬菜里面也同时含有大量的透明质酸。

透明质酸以一种很自然的状态存在于人体中,它的一种主要作用是保持身体的水分,这对保持肌肤青春亮丽是至关重要的。

透明质酸越多越好

Eucerin最近推出经过改良的Hyaluron-Filler祛皱展颜护肤系列,新配方中含有两种透明质酸与植物皂素(Saponin)。

仅是普通分子50分之一的低分子透明质酸,可迅速穿透肌肤屏障,直达表皮深层,由内向外填平皱纹,让肌肤更平滑;高分子透明质酸可有效对抗皮肤表层的细纹。临床研究显示四周内皱纹深度减少20%,这相当于3年自然老化的程度。

植物皂素取自黄豆种子,含有丰富的生物活性糖甙(glucoside),可促进肌肤制造透明质酸,根据Eucerin所做的研究,植物皂素可将肌肤制造透明质酸的速度提高256%。



Dr Wong Su-Ni

伊丽莎白医疗中心
皮肤科医生

医生为你解答

问 什么样的生活方式可减缓皮肤老化?

绝对不要抽烟,保持均衡饮食,多吃富含抗氧化剂的新鲜水果与蔬菜,避免日光浴,尽量减少日晒,每天使用防晒霜。

问 我们应在什么年龄开始进行抗老护肤?

我们从婴儿阶段就应该避免过度暴露在阳光下(患有黄疸病的婴儿除外)。我建议十几岁起就开始使用防晒霜,最好选用含抗氧化剂的产品。许多人是在20或30多岁,发现脸部出现老化迹象,如色斑或皱纹时,才开始注意保护皮肤。正确的方式是在发现皮肤的老化迹象之前,就开始照顾肌肤,预防胜于治疗。

问 积极护肤与注意饮食,哪一样更有助肌肤对抗老化?

护肤是更有效的方法。一些品质较好的乳霜含有高浓度的抗氧化剂或维生素C,可快速被肌肤吸收,效果远胜于口服维生素或抗氧化剂。防晒也是比注意饮食更有效的抗老护肤法。

问 通过手术改善皮肤老化迹象是不是一个好选择?什么时候可以考虑?

没有所谓的好与不好,要看个人的情况和要求,是否可接受手术的潜在副作用。我个人只在一些较低侵入性的美肤方法如良好的皮肤护理、适当的镭射或电波拉皮、肉毒杆菌或填充注射无法达到较好的抗老效果时,才会考虑手术。

问 为什么透明质酸对人体是安全的?

这是一种自然生成的、保持水分的物质,对人体肌肤、软骨和眼球液的正常运作起着重要作用。另外,它的寿命极短,很快就被人体内的酶分解成无害物质。