

抗衰老护肤品真的能焕发青春容颜吗

■ 李雷

如今,市面上抗衰老护肤品种类颇多,产品效果也被商家吹得神乎其神,但真实效果真的如此吗?关于常见的皮肤抗衰老原理,不仅是购买者关心的话题,也是所有抗衰老产品的靶点。如何抗衰老,追根溯源,还需要去了解皮肤衰老的本质是什么。

最直观的因素: 皮肤成分的流失

皮肤成分的流失,这也是我们最熟悉的衰老原因,例如:胶原蛋白流失。胶原蛋白是人体皮肤中主要的蛋白成分,一系列胶原蛋白分子紧密结合在一起形成了具有弹性的结构,我们的皮肤紧致和弹性都与之有关。一旦胶原蛋白随着年龄的增加逐步缺乏,那么就会出现明显的衰老,比如出现皱纹、丧失弹性。此外,还有我们知晓的透明质酸钠,也就是玻尿酸,同样也是皮肤的重要成分。

因此,基本上所有的抗衰老产品,无不包含促进胶原蛋白等皮肤组成成分生成的内容。不

过,为什么使用后却依然无法逆转皮肤的衰老呢?

其实这就要涉及背后的因素——皮肤细胞的衰老。

衰老认知进阶: 皮肤细胞的衰老

随着时间的推移,细胞本身的修复能力不断下降,细胞开始呈现衰老,一旦细胞出现衰老,细胞成分如胶原蛋白之类的合成和分泌必然下降,最终出现皮肤衰老的迹象。

因此,如果能够解决细胞的衰老问题,那么就可以一定程度上解决皮肤衰老的难题。

抗衰老是一个非常前沿的科学难题,无数科学家都在努力地探究衰老的因素,比如分子机制之类的,也试图寻找一些能够一定程度缓解细胞衰老的成分,但是进展并不是很顺利。所以我们不但很难直接解决衰老问题,而且有很多因素在诱发甚至加速衰老。如果我们能够对应解决导致衰老的问题,那么一定程度上也就可以延缓衰老。

引发衰老的原因

哪些因素可能引发衰老呢?

外界刺激。作为人体最表层的存在,皮肤直接受到了外界环境的影响,比如温度变化、环境污染,尤其是紫外线,紫外线照射对于皮肤细胞来说是一种伤害,会引发一系列细胞损伤,也是导致皮肤衰老的重要因素,所以,防晒是抗衰老过程中非常重要的一步。

内部代谢紊乱。同样作为人体有机体的一部分,皮肤细胞也受到了人体内部代谢的影响,比如作息习惯不规律、饮食不健康等最终都会通过激素之类的方式反馈到皮肤上,从而导致皮肤衰老。因此应对皮肤衰老,有规律的生活和健康的体魄也是基本的保障。

总之,衰老是一个随着时间的推移而不断加剧的过程,单纯想使用抗衰老护肤品维护青春容颜是不现实的。在日常生活中,不仅要做好护肤,更要做好保护,降低对皮肤的损伤,这样才能让皮肤呈现更好的状态。

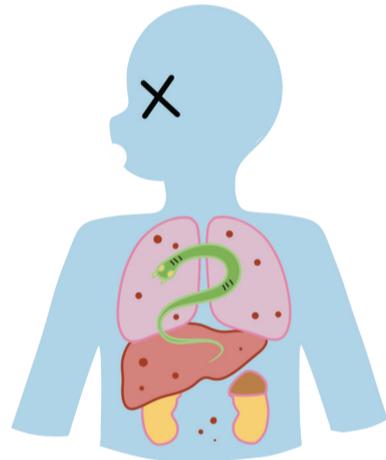


别让螺来“嗦”你

文/本报记者 魏星 图/通讯员 李宛臻



天气渐暖,夏日将至,又到了喝酒“嗦螺”的季节。但市面上的螺五花八门,稍有不慎,你“嗦的螺”可能转身来“嗦”你。



一提到螺,不免想到福寿螺。近年来,有不少关于误食此螺感染广州管圆线虫而丧失生命的事例。这是一种能让人兽均患病的寄生虫,可在人体各器官间移行,侵袭中枢神经、肺部、眼部等,造成脑膜炎、脑膜脑炎、视觉损伤甚至失明。



福寿螺

田螺

福寿螺和可食用田螺外形虽相似,但略有不同。成年福寿螺似圆盘形,螺旋部相对较小,且个头通常比田螺大,而田螺一般是长圆锥形或者卵圆形;田螺更偏青褐色,壳口处基本会有黑色框边,而福寿螺颜色比较偏黄且壳口处没有黑色框边。



福寿螺之所以危险,是针对那些没有彻底煮熟的福寿螺而言,煮熟后,寄生虫也会随之消灭。但我们也无从知晓怎样才算彻底煮熟,况且煮熟后的螺肉口感会变差,为了减少患病风险,谨慎食用才是正确的选择。

科学辟谣

打针比吃药更快治好病?

■ 汪茜

流言:吃药起效慢,而打针可以让药物直接进入体内,起效快,所以打针更好。

真相:能口服就不注射。因为药物通过口服进入人体后,多数都会经过肝脏进行初步代谢,然后进入血液,这样能降低药物

直接吸收带来不良反应的风险,也不会产生小伤口。口服药物出现不良反应,还能通过洗胃等手段迅速阻止药物的吸收。此外,注射给药产生的小伤口可能增加发生感染

和炎症风险。由于药物直接进入人体,吸收会更加直接、迅速,可能会增加不良反应的风险,且出现不良反应后很难迅速清除注射的药物。因此,往往只有在在不适用口服给药的情况下,才会选择注射方式给药。

挂饰——室内装饰的新形象

■ 冒建国

在现代家庭居室布置中,利用各种挂饰品来美化空白的墙面、营造空间情趣、创造引人注目的视觉焦点、形成虚拟空间等已越来越受人们重视。可供家庭室内墙面、空间装饰的物品种类繁多:最常用的是带有抽象的或情节性内容的画类,其品种有油画、版画、书法字画等;陶瓷类挂饰有陶瓷挂盘、陶瓷雕塑品等;金属饰品有铁花、金属腐蚀画等;还有纤维艺术品也越来越被人用来作为室内挂饰,而且纤维艺术挂饰的品种也在不断扩大,除传统的织锦、刺绣、毛织壁毯外,还有各种手工编织品、缝制品等手工业物,以及藤条、树皮、草等天然纤维;此外,像纸花、风筝、扇子、工艺品、小型盆栽植

物等,通过慧心巧手的设计也能变成独特的挂饰。

随着时代的发展,室内挂饰品已突破以往定型化、模式化的做法,朝着风格多样化、个性化和多种艺术效果方向迈进,有的更从二维艺术向三维艺术发展,使室内环境产生了前所未有的艺术面貌。

人们还可以开动脑筋设计挂饰,自己动手制作挂饰,这样更能切合自己的需要和符合自己的审美趣味。笔者介绍一种“扇面挂饰”,希望读者能创造出各种自己喜爱的挂饰来美化自己的居室。

“扇面挂饰”用材不多,做法十分简单。取一幅托裱好的现成扇面或一幅扇面形国画,国画可以自己进行裱糊。裱糊的做法是先

将国画正面朝下铺放在平坦、光滑的桌面上,刷上清水,使画纸湿透,然后刷上一层极稀的糨糊(去市场上买的胶水更好),再将一张稍大于画面的宣纸敷在画上,用软刷将宣纸刷平,使衬纸与画纸间不存在气泡,待其自然干燥后用小刀启下,裁去多余的纸边就可以使用了。

根据备好的扇形画面的色彩,还需选配一个颜色恰当的竹制笔帘作为画幅的衬底(这种笔帘在工艺美术品商店或文具店里可以买到),将扇面或扇形国画的四个角用线固定在笔帘上,再用红色丝带系在笔帘上方,红色丝线垂穗系在笔帘下方,这样一幅带有中国传统色彩的挂饰就制成了,把它挂在白色壁面上将更能显示出它的非凡格调。