

Vol.8 No.093 | November 2013

@ city

**Super
Fruit**

ผลไม้ที่ดีที่สุด
ที่สุขภาพร่างกาย

แอลกอฮอล์
ก่อนเริ่ม! 8

โคลนเดคซ์ VS น
รับหน้าท
แบบไม่เสี

เทรนด์ฮิตทั่ว
Body Weight

กระชับสัดส่วนด้วยน้ำหมัก



**Celeb
Style**

จุมจิม-วรณันท์ จันทรศิ
เชค! เหย่าหัวใจ

งปริศนา
ขาดอง
'ลำยอง'
และเยาวชน

I drink fruit juice
everyday

88587



โคลนเดดซี VS ทองคำ

บำรุงผิวแบบโกลวๆ

จำได้ไหม ตั้งแต่ต้นปีที่ผ่านมา ผิวหน้าผิวกายของเราต้องผจญกับมลพิษ ฝุ่นควัน มาแล้วที่ครั้งต่อที่ครั้ง เซานี้ลองส่องกระจกอย่างพิถีพิถัน ใบหน้าคุณมีอะไรเปลี่ยนแปลงไปบ้างไหม ปลายปีดีๆ แบบนี้ ชวนคุณพักจากคอร์สมะเมคโอเวอร์แบบเจ็บบๆ มารู้จักกับกริวด์เม้นต์ในตำนาน เคล็ดลับความงามอันเลื่องชื่องของพระนางคลีโอพัตรา เอาฤกษ์เอาชัย ให้ผิวเปล่งประกายรับปีใหม่ ซึ่งคิดค้นได้พูดคุยกับ พญ.ชนิดา เวโรจน์ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านผิวพรรณและความงาม จาก Athena Clinic ก่อนที่คุณหมอจะลงมือแปะแผ่นทองคำบริสุทธิ์ลงบนหน้าให้คิดวัน ทำเสร็จขอบอกเลยว่า ออรั่มมาเต็มผิวจริงๆ ค่ะ



พระนางคลีโอพัตราที่ทรงสวมใส่หน้ากากทองคำบริสุทธิ์ในขณะบรรทม เพื่อรักษาความงามและความอ่อนเยาว์ของผิวพรรณไว้ยาวนานที่สุด ซึ่งแผ่นทองที่เรานำมาใช้จะเป็นแผ่นทองคำบริสุทธิ์ 99.99% อุดมไปด้วยแร่ธาตุต่างๆ ปลอดภัย เหมาะกับผู้ที่มีผิวหน้าหมองคล้ำ ผิวแห้ง ขาดความยืดหยุ่น เริ่มมีริ้วรอย ผิวหยาบกร้าน 'ไม่สมวัย'

นอกจากผิว เมื่อทาโคลนลงไปบนผิว พอโคลนแห้งจะหดตัวและดูดผิวให้ตึง ทำให้ผิวหน้ากระชับยิ่งขึ้น นอกจากนี้สารและแร่ธาตุต่างๆ ที่อยู่ในโคลนจะไปช่วยบำรุงผิวให้มีความชุ่มชื้นและช่วยบำรุงรักษาผิวพรรณให้แลดูกระจ่างใสอ่อนกว่าวัยด้วยค่ะ"

โคลนเดดซี VS แผ่นทองคำ

"สำหรับทรีตเม้นต์นี้ จะเริ่มด้วยการทำความสะอาดผิวหน้าและฆ่าเชื้อผิวหนังด้วยเทคโนโลยีที่เรียกว่า Selective Photo Clearing เป็นคลื่นความถี่สูงที่ใช้แสงในการรักษาผิวและลดการเจริญเติบโตของแบคทีเรียเสียดหนืดเหนียว จากนั้นก็จะเป็นมาส์กโคลน ซึ่งน้ำเกลือในโคลนจะทำปฏิกิริยากับผิวอักเสบ ช่วยให้ผิวสะอาดเปล่งปลั่งกระจ่างใสขึ้น เป็นการดีท็อกซ์ผิวก่อนที่จะแปะแผ่นทองคำบริสุทธิ์ โดยใช้เทคนิค Electroporation การเปิดเซลล์ผิวด้วยกระแสไฟฟ้าอ่อนๆ ทำให้อุดมทองคำลงลึกสู่เซลล์ชั้นในของผิวได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ"



แร่ธาตุจากโคลนเดดซี

"เราเลือกโคลนเดดซีที่คนทั่วโลกรู้จักอยู่แล้ว เป็นเมื่อโคลนมีความเข้มข้นสูงของเกลือและอุดมไปด้วยแร่ธาตุบริสุทธิ์ที่สำคัญมากกว่า 21 ชนิด ซึ่งจะช่วยดูดซับความมันสิ่งสกปรกได้เป็นอย่างดี รวมถึงกำจัดผิวเสี้ยน

No เข็ม No เจ็บ เทรนด์บำรุงผิวของสาวสมัยใหม่ เขาละค่ะ โดยเฉพาะหน้าหนาวอากาศมีความชื้นต่ำ ทำให้ระดับน้ำในชั้นผิวลดลงต่ำกว่าปกติ ส่งผลให้ผิวแห้งกร้าน แดกเป็นหยุ คัน และเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่าย ทรีตเม้นต์ดีๆ สักคอร์สก็เป็นทางเลือกให้หนานาน ผิวรอดพ้นจากการถูกทำร้ายได้เหมือนกัน



แผ่นทองคำ บำรุงผิว

"ต้องบอกเลยว่า การนำทองคำมาบำรุงผิวนี้ไม่ใช่กระแสฮิตแค่แป็บๆ แต่มีมานานมากแล้ว ตั้งแต่ยุคโบราณที่เชื่อกันว่า "ทองคำ" มีคุณสมบัติที่ดีต่อผิวหลายอย่างมาก ช่วยการทำงานของต่อมเหงื่อในการขับสารพิษและของเสีย กระตุ้นกระบวนการฟื้นฟู ซ่อมแซมและสร้างเซลล์ผิวใหม่ ชะลอความเสื่อมของคอลลาเจนและอีลาสติน ช่วยยับยั้งกระบวนการสร้างเม็ดสีเมลานิน และยังมีคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระ แม้แต่

เมื่อลมหนาวทำร้ายผิว : อะไรคือตัวการ-ตัวช่วยกันแน่

ตัวการ
อายุ: อายุมากขึ้นต่อมไขมันทำงานลดลง ผิวขาดน้ำมันหล่อเลี้ยงและผิวไม่สามารถกักเก็บความชุ่มชื้นไว้ได้
สภาพแวดล้อม : แสงแดด มลภาวะต่างๆ และอากาศที่มีความชื้นต่ำ (หน้าหนาว หรืออยู่ในห้องปรับอากาศ)
การดูแลผิวที่ไม่ถูกต้อง : สบู่ที่ไม่อ่อนโยน การสครับขัดผิวบ่อยๆ ไล่น้ำเซรั่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ และการอาบน้ำอุ่น
ยาบางชนิด : ยาปฏิชีวนะ ยาขับปัสสาวะ
โรคบางชนิด : ผิวแห้งสามารถพบได้ร่วมกับโรคต่างๆ เช่น โรคผิวหนังเห็บเห็บ โรคสะเก็ดเงิน โรคต่อมไทรอยด์ทำงานน้อย
ภาวะขาดสารอาหาร (Malnutrition) : การขาดสารอาหารจำพวกวิตามินและกรดไขมันต่างๆ ที่จำเป็นกับผิว จะทำให้ผิวแห้งกร้าน หมองคล้ำได้
อาหารไขมันสูง : ไขมันอิ่มตัวจากเบคอน ไอศกรีม เนย ชีส กาแฟ และ แอลกอฮอล์ เชื่อว่าช่วยให้ร่างกายอุ่นขึ้น

ตัวช่วย
ดื่มน้ำปริมาณที่มากพอ : อย่างน้อยวันละ 8 แก้วเป็นประจำ ช่วยให้ผิวชุ่มชื้น การจับจ่ายสะดวก และเพื่อสุขภาพในด้านต่างๆ ด้วย
ปกป้องผิวจากสภาวะแวดล้อม : ไม่เปิดแอร์เย็นเกินไป และไม่อาบน้ำร้อนที่ร้อนจนเกินไป ในหน้าหนาวควรทาโลชั่นอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำ
เลือกใช้โลชั่นที่ถูกประเภท : ผิวแห้งมาก ควรใช้โลชั่นที่มีความชุ่มชื้นมากหน่อย ทาโลชั่นอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำ ที่สำคัญโลชั่นเหล่านี้ไม่ควรมีส่วนผสมของน้ำหอมหรือแอลกอฮอล์ซึ่งจะทำให้ผิวแห้งมากกว่าเดิม
เลือกใช้สบู่อ่อนโยนกับสภาพผิว : เลือกสบู่อ่อนโยนที่มีส่วนผสมของน้ำหอมหรือเลือกสบู่อ่อนโยนที่ไม่มีส่วนผสมของน้ำหอมหรือเลือกสบู่อ่อนโยนที่ไม่มีส่วนผสมของน้ำหอมหรือเลือกสบู่อ่อนโยนที่ไม่มีส่วนผสมของน้ำหอมหรือเลือกสบู่อ่อนโยนที่ไม่มีส่วนผสมของน้ำหอม
การอาบน้ำให้ถูกวิธี : ระยะเวลาอาบน้ำไม่ควรเกิน 10 นาที และอุณหภูมิของน้ำไม่ควรร้อนเกินไป เพราะน้ำร้อนจะดึงความชื้นในผิวออกไป ทำให้ผิวสูญเสียความชุ่มชื้นเมื่ออาบน้ำเสร็จ ควรซับผิวเบาๆ ด้วยผ้าขนหนูนุ่มๆ และทาโลชั่นทันที