

眼周細紋害大學生顯老？粧品達人傳授保養撇步

09:10 2023/06/01 | 中時 | 曹婷婷



每天花30秒到1分鐘以眼霜按摩眼周、眼皮、眉毛，能讓眼睛更有神還有助拉提眼周皮膚緊實！（曹婷婷攝）

口罩令雖已解除，但隨疫情近期升溫，多數人仍持續戴口罩，而長期只露出眼睛示人，也讓眼周保養成為疫情以來最夯的保養議題，但您知道時下大學生就面臨眼周細紋威脅嗎？粧品達人梁家華分享保養祕訣，每天花30秒到1分鐘以眼霜按摩眼周、眼皮、眉毛，能讓眼睛更有神還有助拉提眼周皮膚緊實！

疫情期間流傳「口罩上身、顏值飆升」、「口罩遮三醜」之說，由於整張臉露出只剩一雙眼睛，保有炯炯有神雙眼也成為大家關注話題！

嘉南藥理大學化粧品應用與管理系主任梁家華經手國內多家知名化粧品品牌檢測，被譽為「粧品達人」，保養心法也成為學生上課「最佳教材」。

儘管每天面對的都是大學生，但大學生保養問題多。她觀察發現，很多大學生20歲不到，眼周卻已明顯可見「紋路」，且比例還不低！

梁家華提到，撇除有無疫情，現代人無時無刻滑手機或整天盯電腦，長時間沒眨眼的關係，本來就容易造成眼睛乾澀，而眼睛一旦乾澀，就會不自覺去揉，一揉就會牽扯用力，增加細紋生成的風險。

都說皺紋會洩漏年齡，梁家華強調，長時間戴口罩的關係，僅看到一對眼睛，不少人為此加強眼周保養或強化眼影等，畢竟，看不到其他五官時，如何讓眼睛「脫穎而出」，顯得更加重要。但她也提醒，過度化粧除增加皮膚負擔，對於敏感的眼周，也沒有加分效果。

她提到，事實上，人從一出生就開始接觸乳液、沐浴乳等各式與保養相關的產品，但普遍疏於理解什麼產品適合自己以及貫徹保養之道。她建議，保養趁早開始，且永遠不嫌晚，重點是要每天落實。

她說，以眼睛來說，乾澀會點眼藥水緩解，而愈乾也會愈眨眼，眨眼牽扯出來的皺紋也就愈來愈多，她舉自己為例，為了減輕眼睛負擔及舒緩眼周皮膚，她辦公桌前固定放一個可按摩眼周的眼霜，每天養成按摩，可避免產生更多皺紋，也有助於讓眼睛看起來更有神。

[#口罩令](#) [#眼周](#) [#保養](#) [#皺紋](#) [#眼睛](#)