

眼部四周的肌膚完全是暴露年齡的地方，作為精緻女生當然要好好注重眼部皮膚的管理。本文為大家揭開各種敷眼膜的迷思，同時分享5款超人氣眼膜，專門針對減淡黑眼圈，舒緩和淡化眼部紋路的問題，有興趣的不妨參考一下。

同場加映

眼膜推薦

### mtm Labo custom-blended eye mask 1,880元

日本mtm Labo 皇牌眼膜的設計跟市面上的眼膜不同，其眼膜紙及精華液是分開的，先在眼周塗上一層精華液，再貼上眼膜紙，再疊加一層精華液，大約等候15至20分鐘即可。持續使用有效淡化細紋及黑眼圈，而且平日眼下的「卡粉」的情況亦得到改善。



### Augustinus Bader 金鑽緊緻煥采眼膜 975元

金鑽緊緻煥采眼膜質地輕盈清爽，持續使用有助減淡黑眼圈、減少眼周細紋、皺紋和其他衰老跡象。此外，當中一個成分「尿囊素」能做到軟化和舒緩皮膚、緩解乾燥、泛紅、刺激和敏感，同時溫和去角質的功效。



### MZ Skin Hydra-Bright Gold Eye Mask 300元

MZ Skin 眼膜富含納米金顆粒、透明質酸及蘆薈葉，有效增加光澤和亮度，同時做到深層滋潤肌膚的效果，亦注入膠原蛋白，具有緊緻和豐盈的作用，可減少浮腫、細紋和皺紋的出現。



### EVOLCARE Fleur 花漾活力眼膜 220元

眼膜的主要成分西蘭花芽能促進肌膚修復及提亮眼周膚色，其富含蘿蔔硫素，並糅合了西番蓮及龍舌蘭，有助纖維細胞恢復年輕，啟動抗衰老基因性能；同時保濕及滋潤，提升肌膚緊緻度及彈力。

### DerInfusions Lift + Repair Eye Mask 65元

這款眼膜採用可百分百生物降解的萊賽爾纖維，可減淡眼部細紋、深層補濕和修復肌膚屏障，同時消除眼部浮腫。



# 正確敷眼膜 別暴露年齡

很多人都有一個最大的疑問，就是不清楚眼膜是否需要每天敷。其實使用眼膜的頻率可按照個人需求及產品使用指南而定。一般而言，眼膜每周使用1至3次，或者根據個人需要增減使用頻率。但使用眼膜的頻率切忌過度，否則會刺激眼部皮膚，也要選擇適合自己皮膚狀況和需求的眼膜產品。眼膜產品的功能繁多，大致可分為深層滋潤眼膜、美白亮膚眼膜，以及抗衰老修護眼膜。

深層滋潤眼膜主要針對眼部皮膚偏乾燥或缺水，可以每星期使用1至2次深層滋潤眼膜，以提供濕潤和滋養效果；美白亮膚眼膜則可改善黑眼圈或眼周色素沉澱問題，可以每星期使用1至3次具有美白亮膚效果的眼膜，以淡化色斑並提亮眼周肌膚；至於抗衰老修護眼膜就注重眼周細紋、皺紋或鬆弛問題，可每星期使用1至2次抗衰老修護眼膜，以提供滋養和緊緻效果。

#### 敷眼膜可減淡黑眼圈

另外，也有人認為敷眼膜可以去黑眼圈。事實上，黑眼圈的顏色取決於眼部周圍皮膚的特定情況、血管狀態和色素沉澱程度。正確識別黑眼圈的顏色有助於選擇適合的治療方法和產品，以減淡黑眼圈的外觀。而黑眼圈的顏色因人而異，但通常可以分為以下幾種類型：深褐色或黑色是最常見的黑眼圈顏色，通常是由於眼部皮膚中的色素沉澱引起的，而色素沉澱可能是由於遺傳、年齡、過度暴曬或其他因素導致；有些人的黑眼圈可能呈現較藍或淺青色，這種顏色一般跟血管健康問題有關，如眼部周圍的血管擴張或血液循環不良等；有些黑眼圈可能呈現紫色或暗紅色，這種顏色可能與血液在眼部周圍積聚或血液循環不良有關。

## 什麼時候敷眼膜最有效？

#### 睡前發揮功效

曾有專家指出，睡眠時皮膚進行新陳代謝的速度最快，吸收力最強，所以睡前敷眼膜有效發揮功效，其成分更加能夠滲入眼周皮膚底層，達至補水及滋潤眼部肌膚。

#### 洗澡後更易吸收

在洗澡時，熱水蒸氣會使毛孔擴張，這時候敷眼膜有助於更好地吸收眼膜中的精華。同樣，當沐浴時，水的溫度有助促進全身血液循環，更快地吸收眼膜中的精華成分。

#### 生理期後效果佳

生理期一星期後，體內雌激素分泌旺盛新陳代謝增加，令吸收能力更強，可更好地吸收眼膜中的精華。

