

为何眼部易生皱纹和眼袋

皱纹可以说在皮肤上无处不有,而眼袋则仅发生在眼睛。那么,这二者究竟是怎么引起的呢?

皱纹可以说在皮肤上无处不有,而眼袋则仅发生在眼睛。其实,眼睑周围出现皱纹实际是人体老化的现象。就老化过程而言,最易和最早发生的即是面部皱纹的出现,这些变化首先表现在面部的眼睑区,这是因为眼脸皮肤是人体最薄的皮肤,有很多皱褶,其皮下为蜂窝状薄而疏松的结缔组织。进入中年以后,皮肤弹性开始减退,真皮胶质减少,逐渐变得松弛起来。这种现象在眼部会表现得更为明显,如皮肤变薄,皱纹增多,眼脸皮肤松弛下垂,外眦出现鱼尾纹,在下眼脸形成眼袋。

眼袋的出现,不但给人一种衰老和疲惫的感觉,重者松弛肿胀的皮肤还会使下眼脸外翻,引起泪溢现象以及结膜炎、角膜炎等眼病。

眼脸周围出现皱纹实际是人体老化的现象。就老化过程而言,最易和最早发生的即是面部皱纹的出现,这些变化首先表现在面部的眼睑区,这是因为眼脸皮肤是人体最薄的皮肤,有很多皱褶,其皮下为蜂窝状薄而疏松的结缔组织。眼脸皮肤老化在组织学上的变化是细胞脱水,真皮胶质减少,弹性纤维消失。接踵而来的是形态方面的变

化,如皮肤变薄、失去弹性、皱纹增多、眼脸皮肤松弛下垂,甚至超过睑缘,遮盖部分眼裂,影响视线,以及外眦出现鱼尾纹、眼轮匝肌变薄松弛、眶隔松弛等。长期在日光下工作、营养摄入不合理、不良生活习惯、面部各器官使用不当者,面部较易出现皱纹。总之,眼脸周围皱纹的出现,与颜面长期暴露于外、熬夜少眠、不良用眼以及眼脸本身的解剖生理结构有非常密切的关系。

进入中年以后,皮肤弹性开始减退,逐渐变得松弛起来,这种现象在眼部会表现得更为明显,这是因为眼部皮肤极薄,其下又是极为疏松的结缔组织。由于眶隔松弛,眶内脂肪增多,兼之皮肤和眼轮匝肌松弛,可致眶内脂肪突出,就会在下眼脸形成袋状,即眼袋。眼袋的出现,不但给人一种衰老和疲惫的感觉,重者松弛肿胀的皮肤还会使下眼脸外翻,引起泪溢现象以及结膜炎、角膜炎等眼病。

眼脸皱纹和眼袋可以说是人体衰老的表现,为了延缓它的发生,最重要的是要注意生活方式,如保持心情舒畅,合理饮食,睡眠充足,以及养成良好的用眼习惯等。要减皱纹眼袋 首先需注意生活方式



眼脸周围皱纹的出现,与颜面长期暴露于外,熬夜少眠,不良用眼习惯以及眼脸本身的解剖生理结构有非常密切的关系。

为了延缓减少皱纹和眼袋,最重要的是要注意生活方式,如保持心情舒畅,合理饮食,睡眠充足,以及养成良好的用眼习惯等。

首先必须戒除不良的行为习惯,诸如不要眯眼睛看东西,如有近视、散光应配戴眼镜,矫正视力;不要经常刻意眨眼;卸妆卸妆时不要用力拉扯皮肤;在干燥环境中应及时补充水分,否则皱纹也会增多。除皱消眼袋中医方

1. 黄瓜消肿敷

备料:芝麻油25克、黄瓜100克。
方法:将鲜黄瓜榨取汁,调入芝麻油。每晚睡前涂在眼周,翌晨洗去,对眼周浮肿、眼袋都有消除作用。

2. 胡萝卜汁敷眼

将新鲜胡萝卜榨汁敷眼,对除皱、消眼袋有效。

备料:新鲜胡萝卜、医用纱布。
方法:将新鲜胡萝卜洗净,榨取汁,然后将医用纱布折叠成4~5层,5x4厘米大小,浸入胡萝卜汁后敷眼,30分钟后洗去。持续数天后可见效。

3. 冷茶驱眼袋

备料:茶叶、医用纱布。
方法:将茶叶浸泡,放入冰箱中冷藏15分钟后取出,然后将一小块医用纱布浸在茶水中,取出后敷在眼睛上,能快速减轻眼袋的浮肿程度。

4. 盐水敷眼

备料:盐1茶匙、医用纱布。
方法:将盐放入一杯热水中,充分搅拌溶解,然后将纱布吸饱盐水后敷在眼袋上。纱布冷却后再换热盐水,反复5~8次,持续数天后可使眼袋逐渐缩回。

5. 花生小麦敷

备料:小麦胚粉50克、花生米15克、酵母10克、白糖5克。
方法:将花生米打碎,与小麦胚粉、酵母、白糖混匀后煮成面糊。每晚睡前用面糊涂敷眼周皮肤,次日晨起用清水洗净,可同时去除眼袋、黑眼圈。

信息仅供参考,不构成任何之建议、推荐或指引。文章版权属于原作者,若您认为此文不宜被收录供大家免费阅读,请邮件或电话通知我们,我们收到通知后,会立即将您的作品从本网站删除。

< 本文来自网络,不代表本立场 >

眼科医生
殷丹 Dan Yin, M.D.
 (301)770-2020
 (Mon-Sat. 急诊24HRS)
 6333 Executive Blvd, Rockville, MD
 www.washingtoneyeconsultants.com

* 纽约医学院 M.D.
 * 著名的 New York Eye and Ear infirmary 住院医生
 * 美国眼科专家文凭
 * Holy Cross Hospital 眼科主任医生

一流医院, 一流医术, 一流设备, 一流医护

- 无刀激光白内障手术
- 近视, 远视, 和散光激光矫正及人工晶体植入
- 青光眼, 视网膜疾病, 眼睛发炎, 干涩, 眼脸疾病, 角膜损伤
- 糖尿病和高血压眼底检查
- 眼皮下垂修复和眼部美容(包括注射美容填充)
- 定制和验配普通/隐形眼镜

3-089

维州马州妇产科不孕科
 美国妇产科学院院士、德州理工大学医科博士, 爱因斯大学主治医师
 曾任 Johns Hopkins University 妇产科临床副教授 3-109

颜世莲 Dianna Yan, MD **俞国贤 Steve Yu, MD, FACOG**

● 每年定期妇女抹片及乳房检查
 ● 孕妇产前检查、接生、无痛分娩
 ● 不孕症、输卵管及精液检查; 人工受孕
 ● 泌尿系统、尿道膀胱感染; 小便失禁
 ● 子宫、膀胱下垂、脱落; 治疗不用开刀
 ● 子宫颈癌; 治疗不用开刀
 ● 卵巢、子宫囊肿; 切除不用开刀
 ● 子宫镜扎输卵管; 不用开刀
 ● 阴道松弛整形
 ● 减除静脉曲张、蜘蛛状; 不用开刀

诊所备有最先进超声波扫描、激光, 子宫镜、子宫颈癌镜, 还有最新 cryotherapy, radiofrequency 和 Leep 设备 (免开刀腹腔镜手术、妇科、泌尿、阴道盆腔整形手术)

接受各种保险 PPO 和 HMO 自费优惠

马州 301-963-0900
 8909 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877
 维州 703-876-6200
 8622 B Lee Hwy, Fairfax, VA 22031

罗迅妍 医师 疼痛康复科
Joan Luo M.D. Board Certified Physical Medicine & Rehabilitation

- 福建医科大学毕业
- 纽约州立大学研究生
- 国家卫生总署 Fellow
- 国家康复医院住院医师
- 宾州大学附属医院住院医师

Maryland Neurological Institute 及 Ann Arundel Medical Center 主治医师

主治 脊椎、神经、关节及肌肉疼痛、车祸、工伤、运动跌打、损伤、头痛及中风后遗症, 神经肌电诊断、各种封闭注射、针灸理疗

接受各种医疗保险及车祸工伤保险
 预约电话: 301-987-8988 703-738-6127
 马州 8943 Shady Grove Court, Gaithersburg, MD 20877 355 和 270-8 号出口
 维州 3601 D Chain Bridge Road, Fairfax, VA 22030 3-032

裴万征 医师 妇产科
Richard Wanzheng Pei, MD, PhD
 703-698-9668
 starcareobgyn.com

聚有十多年临床经验
诊所手术

- 子宫内腺瘤切除术: 根治经血过多
- 子宫镜结扎输卵管, 不须开刀
- 松弛阴道收紧术, 改善性功能
- 痔疮切除、乳房肿物切除
- 药物去除静脉曲张和蜘蛛痔
- 微创腹腔镜手术: 子宫及子宫肌瘤切除, 不须开刀
- 妇科泌尿: 治疗尿失禁、及非感染性尿急和夜尿增多
- 盆腔整形手术: 修复子宫下垂、膀胱脱出、阴道松弛

○ 产前检查, 高危妊娠护理, 无痛分娩、接生 **自费优惠**
 ○ 妇科年检, 各种妇科疑难病症
 ○ 不孕症查治, 人工受孕, 再接通结扎后的输卵管
 ○ 设有最先进 3D 彩色 B 超: 检查胎儿和妇科

Fairfax Hospital Office: 3301 Woodburn Rd, Suite 102, Annandale, VA 22003 Next to Inova Fairfax Hospital Tel: 703.698.9668
 Herndon Office: 106 Elden St, Suite 13, Herndon, VA 20170 Close to Reston Hospital Tel: 703.432.2433 3-049

MOCH 血液, 肿瘤专科门诊
 Montgomery Oncology Care and Hematology

- 美国临床肿瘤学会会员
- Suburban Hospital, Shady Grove Adventist Hospital 专科主治医师
- 美国国立肿瘤研究院 (NCI) 与心、肺、血液研究院 (NHLBI) 血液与肿瘤专科 Fellow
- 哥伦比亚大学医学院附属圣文森特医疗中心内科住院医师

主治 乳腺癌, 肺癌, 大肠癌, 胃癌, 肝癌, 胰腺癌, 头颈肿瘤, 肾癌, 前列腺癌, 膀胱癌, 宫颈癌, 卵巢癌, 淋巴瘤, 骨髓瘤等各种癌症及各种血液病

王冬梅 医师
 DongMei Wang, M.
 预约电话: 971 5 Medical Center Drive, Suite 531, Rockville, MD 20850 (301) 424-9723
 位于 Shady Grove 医院急诊室右侧的门诊楼内, Metro 及 66, 40, 43 号公车可达 (301) 337-8116

樊薇 内科医师
Wei Fan MD 3-115

主治各种内科慢性疾病, 外科, 妇科, 皮肤科常见疾病, 健康体检, 预防接种, 肿瘤普查, 妇科年检。
 具有多年临床经验, 医术精湛, 认真负责, 耐心周到, 个性化诊疗, 服务社区, 爱心呵护您的健康人生。

接受多种保险及自费, 全面接受新病人 周六开诊

- 美国内科学会专科文凭
- 美国内科学会会员
- Shady Grove Adventist 医院和 Washington Adventist 医院内科主治医师
- Hackensack UMC Mountainside 医院内科住院医师
- 北京三零一医院医学硕士
- 北京三零一医院多年主治医师

预约电话: (240)690-4114 或 (301)299-3039
 门诊地址: 2401 Research Blvd Suite 370, Rockville MD 20850

精神心理专科

郑三君 医师 ★ 美国康乃迪克大学神经内分泌学博士
 ★ 哈佛医学院附属麻省总院和儿童医院研究员
 ★ 天普大学附属达拉威精神疾病中心总住院医师

Jimmy S. Chen M.D. Ph.D.
 Board Certified Psychiatrist

主治 忧郁症、焦虑症、躁狂症、情感障碍、精神创伤后综合症、恐惧恶梦精神分裂症、强迫症、厌食、失眠、儿童行为障碍、多动症、性功能障碍、老年痴呆症。各种精神、心理和行为疗法, 最安全、有效、先进药物疗法。

公民入籍英文免试证明 司法协助 3-022

Tel: 240-498-4509; 240-888-0403; 301-740-2680; 接受多种医疗保险和自费
 Fax: 301-560-4924 Email jimmychen1988@hotmail.com
 18502 Office Park Drive Montgomery Village, MD 20886, Gaithersburg (270 Exit 11)