

NU SKIN

issue36

THE DIFFERENCE.
DEMONSTRATED.™

劉明軒

活出健康美麗人生

抗老全攻略

強大抗氧化網絡

完美抗衰老組合

締造青春美肌

重拾青春V臉

in association with 加萊 JESSICA

NU SKIN CONTENT



Aug 2012

On Cover : 劉明軒
Photography : Eddie
Wardrobe : Ted Baker



04

8



11

nubauty

- 03 守住年齡秘密
留住最美時刻

nubauty feature

- 04-05 抗老全攻略
- 06-07 衰老警號
- 08-09 強大抗氧化網絡
防止肌膚老化

nubauty product

- 10-13 重拾青春V臉
- 14-15 吃出健康青春美肌

nubauty sharing

- 16-17 戰勝衰老
- 18-19 劉明軒
活出健康美麗人生



守住年齡秘密 留住最美時刻

隨著年齡增長，皺紋、鬆弛、粗糙等肌膚問題一一浮現。要守住年齡的秘密，除了要改善不良的生活習慣及舒緩工作壓力外，亦要懂得堵截肌膚衰老的元兇——自由基。今期，我們將為大家介紹對抗自由基的秘笈，以及延展青春美肌的抗氧大法，讓您無懼肌膚衰老，輕易展現彈性、嬌嫩肌膚的青春姿采，留住最美時刻。

抗老全攻略

俗語有云：知己知彼，百戰百勝，要輕鬆為肌膚抵抗衰老的威脅，必須了解導致衰老的源頭，才能有效為肌膚留住青春。從此以後，自由基不再導致肌膚衰老的源頭，反而成為大家追求青春肌膚的源動力。千萬不要錯過以下的抗衰老全攻略，讓青春美肌唾手可得。

老化之源— 自由基

自由基是肌膚衰老的主要元兇。但您對自由基的認識又有多少呢？自由基對肌膚有何重要的影響呢？只有了解肌膚衰老的重要敵人，才能對症下藥，從外至內延緩肌膚老化，留住青春。

細胞如金屬生鏽

自由基是一些極活躍、極不穩定的分子，會以攻擊身體其他細胞及細胞內的物質而達致穩定，從而破壞身體內的正常細胞和結構，引起連鎖的氧化反應，如金屬生鏽一樣。其實人體原來有一套完整的抗氧化系統，可自行修復受損的組織結構，但隨著年紀漸長，加上種種外在環境因素及不規律的生活習慣影響，削弱自身的抗氧化防禦力，令自由基在身體內氾濫；當身體內的中和系統就無法完全消除自由基，便會急促令細胞受損，加速身體機能老化。除了身體機能老化外，自由基亦會破壞體內的膠原蛋白和彈性蛋白，使皮膚失去彈性，出現雀斑及皺紋等，更會刺激體內黑色素增生，形成色斑，減慢表皮細胞代謝，形成皮膚乾燥、暗啞、色斑等問題。

自由基無處不在

自由基可說是無處不在，連身體本身也會產生自由基。人體的新陳代謝過程中，本身是一個氧化過程，從中更會產生副產品，那就是自由基。再者，為了維持身體的正常運作，身體亦有需要製造必須的化學物質，自由基亦由此而生。除此以外，當遇到細菌或病毒入侵身體，白血球便會利用自由基吞噬外來的入侵者，因此當身體有發炎症狀的時候，體內便會產生大量自由基。而當人的年紀越大，體內的自由基數量大大增加，對抗自由基的能力亦相對下降，直接影響著人體衰老的速度，對健康亦構成一定的威脅。



自由基的源頭

除了身體的正常新陳代謝，外在環境也是引致自由基的源頭，隨時隨地威脅我們的健康。環境污染、陽光、輻射、吸煙、壓力及不良的飲食及生活習慣，都是導致自由基形成的主要原因。尤其陽光更是自由基的催生劑，由於陽光中的紫外線可直達皮膚的真皮層，透過陽光產生的自由基更可破壞皮膚組織，皮膚中抗氧化劑會被削減，加速肌膚老化的過程；當皮膚吸收了 UVA 及 UVB，皮膚中的膠原蛋白、彈性纖維、組織細胞甚至 DNA 便會受到侵害，令皮膚老化的跡象顯現。而污染及吸煙更會令自由基變得活躍，令肌膚無法抵抗外來的侵害，令皮膚質素每況愈下，衍生出惱人的肌膚問題。總括而言，自由基乃是老化之源，因此抑制自由基便成為抗衰老的首要任務。

衰老警號

自由基與衰老有著密切的關係，自由基不單會引起身體機能老化，亦是引發皮膚問題的重要元兇，其殺傷力絕對不容忽視。最明顯的老化跡象就是皺紋、失去彈性，其他如缺少光澤等、色素沉澱、毛孔粗大等都是皮膚老化的警號。

皺紋

接觸紫外線會產生自由基，氧化皮膚，破壞皮膚細胞，真皮層的膠原蛋白及彈性纖維減少，導致皺紋及幼紋出現。此外，當肌膚因接觸自由基而呈現老化狀況時，骨膠原的合成速度會減慢，令肌膚底層失去承托力而下陷，引致皺紋的出現。眼部的肌膚最為脆弱，很容易出現乾紋和幼紋，而額頭和嘴邊位置往往因為說話、皺眉、蹶起嘴唇等慣性動作而出現細紋，讓人看上去年老不少。

皮膚鬆弛及欠缺彈性

隨年齡增長，皮膚的血液循環會減慢，皮下組織脂肪層也會變得鬆弛而欠缺彈性。空氣質素、紫外線、長期處於冷空氣中、生活不正常、壓力過大……以上種種原因都會令我們體內的自由基增加，加速細胞老化，為身體帶來一連串的連鎖破壞效應，令皮膚氧化、粗糙、失去彈性。彈性蛋白乃皮膚組織的支撐，而肌膚缺乏彈性及鬆弛的主要成因，是由於彈性蛋白被破壞的速度比生產的速度快，加上老化的肌膚會加速彈性蛋白的流失，當彈性蛋白流失，令肌膚因缺乏支撐而失去彈性。

毛孔粗大

當自由基攻擊細胞，影響細胞代謝率，削弱抗氧化能力，導致老化角質積聚。另一方面，肌膚底層亦會分泌出油脂，若角質層不能作正常代謝時，角質層便會積聚變厚，毛孔會因阻塞而形成黑頭。長此下去，毛孔會變得粗大，當毛孔四周的肌膚因老化而失去彈力及張力，使毛孔漸漸往下拉長，進而形成淚滴型或Y字型毛孔，令毛孔粗大更趨明顯。此外，隨著年齡的增長，

皮膚的血液循環會減慢，皮膚真皮層的膠原蛋白及彈性纖維減少，令皮膚漸失彈性，隨地心吸力向下拉，出現鬆弛、下垂的水滴形老化毛孔。

肌膚暗啞、角質層變厚

當肌膚受自由基侵襲導致角質層變厚，而角質層變厚卻會阻礙護膚品成分滲入肌膚底層，即使塗多少護膚品仍吸收不到其精華，令肌膚感覺繃緊，嚴重者更會出現脫皮情況。面上的角質層代謝不平衡或代謝緩慢，會令老化角質死皮積聚，膚紋粗糙，日積月累，堆積在皮膚表面的皮屑會越來越厚，不易脫落，光線照射肌膚時會變得不均，使膚色顯得暗沉，欠缺光澤，沒有生氣，呈現老態。此外，一旦角質堆積及多餘脂肪阻塞毛孔，更會導致暗瘡形成。

色斑、膚色不均

自由基會刺激體內的黑色素增生，同時令基底層細胞的新陳代謝功能不能正常發揮，多餘的黑色素不能代謝，形成色斑、膚色不均的問題。當肌膚不斷受紫外線及自由基等侵襲，會使肌膚細胞受損，從而產生更多黑色素，形成色斑，大大降低肌膚的剔透度。外來的因素如生活壓力、環境污染、飲食習慣等都會促使黑色素形成，同時影響代謝功能，以致面色變黃，更顯疲乏。而紫外線亦無處不在，它會刺激黑色素細胞分泌黑色素，造成膚色不均，甚至形成色斑、雀斑。

總括來說，現今都市人生活繁忙，工作忙碌，必須好好保護身體，才能抵擋自由基的威脅。市面上亦有不少抗氧化的營養補充品，雙管齊下，一同踢走惱人的自由基。



對抗自由基小竅門

- 避免經常接觸陽光及保持良好的生活習慣，可以減慢彈性蛋白被破壞的速度，以延緩肌膚自然老化。
- 建議每天為皮膚按摩，適當的按摩可以有效舒緩幼紋，增加肌膚細胞含氧量和水分，令肌膚恢復光澤，每週自行透過美容儀器進行按摩。
- 每天洗臉後，用冷毛巾敷面 3-5 分鐘，可以幫助增加肌膚彈性，舒緩皺紋。
- 應付眼紋，可選用一些含補濕滋潤成分的眼霜，透過按摩從眼角向眼尾輕輕按壓，即可預防皺紋形成。
- 建議選取一些能刺激彈性蛋白增生，以及有助收縮毛孔的護膚品，以保持肌膚彈性，毛孔亦變得無影無蹤。
- 肌膚進行角質護理後，對紫外線的抵禦能力會下降，不適宜暴露於陽光下。因此，於晚間進行角質護理較為適合。
- 緊記外出時做足防曬措施，如塗抹防曬霜、戴上帽子、避免受日光照射。
- 選擇防曬產品時，除要具備 SPF 防曬指數外，亦必須能同時預防 UVA 及 UVB。
- 每周使用 1 至 2 次美白面膜，在短時間內為肌膚提供充足的營養成分，防止色斑形成。



強大抗氧化網絡 防止肌膚老化

無色類胡蘿蔔素、維他命 C 及 E、輔酶 Q10、綠茶及彈性蛋白都是重拾青春的好幫手。只要懂得為肌膚進補，時刻擁有年輕彈性肌膚又有何難？！

無色類胡蘿蔔素

無色類胡蘿蔔素是非常有效的抗氧化劑，是抗氧化網絡的第一防線，它能增強肌膚的天然抵抗力，抵禦環境帶來的傷害，同時有效中和自由基，對抗紫外線 UVA 及 UVB 的侵害，預防肌膚老化。

維他命 C 及 E

維他命 C 及 E 能中和自由基，從而達到抗氧化的功效。維他命 C 是天然的抗氧化劑，更是製造膠原蛋白的主要元素，除具有中和游離基以達抗氧化保護的功效外，亦能抵禦紫外線的傷害，有助防止肌膚老化，有助美白，減少色斑；同時促進膠原蛋白增生，增加皮膚彈性，迅速令肌膚恢復年輕及健康，延緩皺紋及老化現象出現。維他命 E 則可以強化細胞組織，能保護皮膚免受周遭環境侵害，同時有助肌膚減少水分流失，讓肌膚長保柔嫩光滑，維持水嫩狀態。



輔酶 Q10

輔酶 Q10 主要的功效是維持肌膚的含水量和彈性，預防肌膚出現皺紋、鬆弛和暗啞。它能啟動並於細胞內運送能量，負責基本的細胞功能，保護細胞不受自由基的傷害，預防肌膚老化。輔酶 Q10 更可透過直接活化細胞，賦予肌膚能量；由於肌膚自身的能量被輔酶 Q10 激活，新陳代謝速度機得以提升，從而解決種種因代謝不暢順而形成的肌膚問題。輔酶 Q10 亦透過增生真皮層中的儲水成分透明質酸，以及角質層中的細胞間脂質，從而增加肌膚的鎖水能力，同時可減緩活性氧對肌膚的侵害，如分解透明質酸，損害維持肌膚彈性的膠原蛋白和彈性蛋白等。

青春肌膚 4 步曲

在日常生活中，只要懂得從飲食中著手，同時保持身心健康；持之以恆，那就不用懼怕歲月的無情洗禮，維持肌膚年齡處於年輕狀態。

1 吃出彈性美肌

食用蘊含維他命 C、E 的食物，例如：堅果、番石榴、奇異果、士多啤梨，蘊含高效抗氧化元素，幫助消除自由基，從內而外地軟化皮膚，防止皺紋。番茄含有豐富的茄紅素，茄紅素的抗氧化能力更是維他命 C 的 20 倍，因此多吃蕃茄，有助對抗自由基，預防肌膚老化。雞蛋、牛筋、魚皮、雪耳、魚翅等食物都含有豐富的膠原蛋白，有助改善肌膚的彈性，可以消除皺紋，使皮膚保持細緻。高蛋白質的食物也能使細胞變得飽滿，從而使肌膚豐盈亮澤。

兩大強效抗老組合

肌膚失去彈性，並不是一朝一夕的事，要延緩肌膚衰老，重點是提升肌膚內的彈性蛋白含量。配合抗氧化專家——綠茶，雙管齊下，便可延緩衰老，常保肌膚青春。

開啟青春肌膚的鑰匙——彈性蛋白

不少人認為，留住肌膚青春的重要關鍵是膠原蛋白，其實彈性蛋白更為重要。隨著年齡增長，肌膚中彈性蛋白的成分減少，連帶降低對維持緊緻肌膚所需要的網絡支撐，導致肌膚變得鬆弛，輪廓不再緊緻。因此，要維持肌膚彈性，最重要是要有足夠的彈性蛋白。彈性蛋白是一種纖維蛋白，負責維持及支撐肌膚彈性，它在肌膚中擔當著像橡筋一般的角色，負責支撐與維持肌膚的彈性，讓肌膚有伸展和褶合的能力。另外，當彈性蛋白流失，皮膚會因缺乏支撐而失去彈性；而或當彈性蛋白的破壞速度比生產速度快，肌膚亦會失去彈性及變得鬆弛。由此可見，彈性蛋白於維持肌膚彈性方面擔當著重要的角色，只要能適當補充彈性蛋白，皮膚仍然可以保持青春時的彈性狀態，保持緊緻、柔軟、水嫩。不過，要達致最佳延緩衰老的功效，亦要膠原蛋白的配合。膠原蛋白是維持肌膚彈性的元素之一，主要為肌膚提供支持及保護作用，結合彈性蛋白，相輔相成，令皮膚變得更緊緻、平滑及富彈性。

高效抗氧化能手——綠茶

綠茶的抗氧化功效早被很多科學研究證實。綠茶是未經發酵的茶葉，屬於天然抗氧化劑，當中蘊含的茶多酚含量較高，是對抗自由基和延緩衰老的好幫手。多項

研究指出，綠茶中的多酚類，尤其是兒茶素，具有強力的抗氧化功能，能增強身體的抗氧化防禦系統，有效保護肌膚對抗因紫外光線及污染而生的自由基，防止自由基的肆虐，預防身體及肌膚老化，而且功效遠比維他命C、E及B胡蘿蔔素更顯著、更快捷。空閒時飲用綠茶能幫助釋放多餘壓力，更可為肌膚提供高效的抗氧化能力，一舉多得。研究顯示，每日飲用四杯或以上綠茶，能大大促進身體健康。護膚方面則能增強皮膚的抗氧化功能，針對皺紋、乾燥及粗糙等肌膚問題，持續使用含有綠茶抗氧化成分的產品，肌膚老化問題均獲得明顯改善。

2 多做運動

運動能加速血液循環，令血液中的氧氣及水分更有效傳送至肌膚細胞，水分飽滿的細胞會令皮膚充滿光澤及彈性。此外，當身體排汗時，毛孔內的污垢及多餘油脂亦會隨汗水排走，令肌膚自然排出毒素。研究顯示，適量及定時的運動能令皮膚增厚，有助抑制細微皺紋的形成，延緩衰老，帶氧運動如跑步、游泳等，都是不錯的選擇。

3 拒絕吸煙

當人處於不良的狀態時，如：緊張、憂愁等壓力，身體都會產生過多自由基。而吸煙是產生自由基最快和最多的途徑，每吸一口煙就會產生十萬個以上的自由基，最重要的是二手煙所受的影響是一樣的。所以拒絕吸煙，包括二手煙，以及保持心境開朗及良好的睡眠質素，也是留住青春的良方。

4 按出無痕肌膚

另外，透過按摩亦能有助減少幼紋和皺紋的形成，因為面上有很多的穴位，例如法令紋、眉心、太陽穴等等，輕輕按壓這穴位能使面部氣血流暢，有助延緩或減少面部皺紋的產生，令皮膚細緻柔嫩。護膚時，亦可配合打圈按摩手法，增加肌膚對有效成分的吸收，達到最佳美肌效果。

重拾青春 V 臉

想擊退惱人的歲月痕跡，時刻擁有柔滑肌膚、緊緻輪廓？NU SKIN 如新革命性緊膚產品，tru face® 超級彈力原液蘊含專利抗衰老成分 Ethocyn® 易色新®，有效提升肌膚中的彈性蛋白含量，讓你輕易重拾緊實、彈力美肌，媲美 18 歲少女的年輕光采。



專利抗衰老成分

面型鬆弛下垂、毛孔和細紋，這些肌膚問題顯然不是我們願意面對的變化。為了延緩肌膚狀態變差，真正解決肌膚衰老問題，有效提升肌膚中的彈性蛋白含量，當中秘訣是選用含有 Ethocyn® 易色新® 成分的產品，維持年輕緊實的膚質。tru face® 超級彈力原液的主要成分——Ethocyn® 易色新®，需經過14項精密昂貴的有機合成步驟製成，分子相當細小，能穿透表皮層直達真皮層；臨床驗證能有效預防彈性蛋白的流失，並提升肌膚中的彈性蛋白含量，減輕皮膚的鬆弛狀態同時減少皺紋，令皮膚變得更平滑，更可拉緊面部及頸部輪廓，讓你於短短8星期，瞬間重拾18至25歲時的青春緊緻美肌。

強效抗氧化網絡

Nu Skin tru face® 超級彈力原液另結合茶綠精華素，能中和自由基對肌膚的破壞，減少彈性蛋白流失，同時增加彈性蛋白生產，預防肌膚老化，令肌膚回復前所未有的青春緊緻，效果明顯，肌膚宛如再生。臨床研究證實，使用 tru face® 超級彈力原液 3 個月，皮膚彈性蛋白含量激增 166%；4 個月內的彈性蛋白製造量達到最高水平；6 個月後，肌膚內的彈性蛋白製造量仍然保持良好狀態，絕無減少。

使用方法

實驗證明，每天早晚於塗潤膚霜前撕開一顆 tru face® 超級彈力原液，於眼部、嘴角及腮線位置塗上薄薄一層；再把餘下的精華塗於整張臉上，慢慢按摩直至慢慢吸收即可。8 星期後，肌膚會較從前更有彈性，輪廓更緊緻豐盈，煥發年輕美態。



世界專利成分 Ethocyn® 易色新®

世界專利成分 Ethocyn® 易色新®，經由 UCLA 皮膚臨床醫學教授 Richard A. Strick M.D. 實驗證明，所有體驗者使用八星期後，體內彈力蛋白增加，相當於 18 歲時的水平。它能让彈力蛋白增生，使皮膚自然拉提，搭配上 6 大抗衰老成分，如：護膚成分見草油及綠茶菁萃取等成分，形成超強雙重修護網，避免彈力蛋白流失，同時促進彈力蛋白增生，讓肌膚彈力加倍，效果明顯。

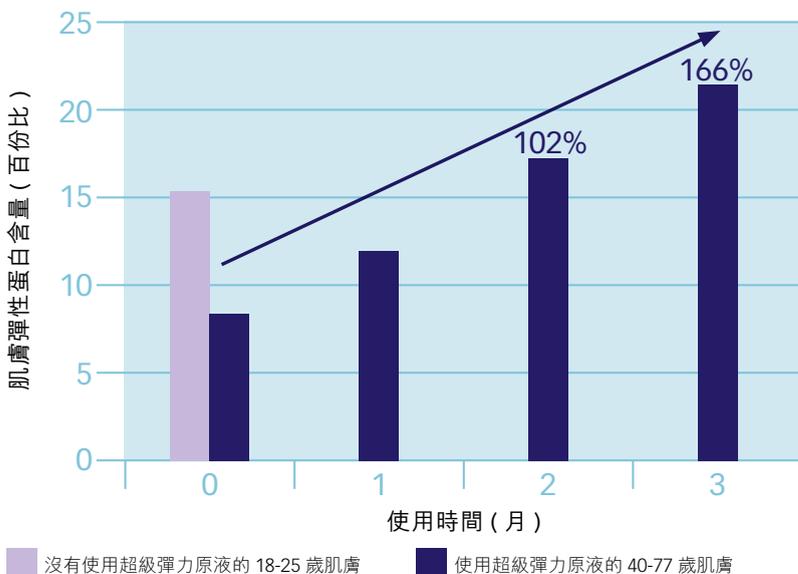
革命性抗衰老成分幕後推手

出生於比利時書香世家的貝尼森博士 (Dr. Chantal)，父親是發明家、母親則熱愛數學；在這樣的家庭環境薰陶下，貝尼森博士投身於學術研究，不僅是生物學家，同時也是化學家、律師。她畢身注於抗衰老科學的研究，終於研發出可以使肌膚恢復彈力蛋白的生長機制，減少鬆弛與皺紋的專利預防抗老化成分—Ethocyn® 易色新®，是肌膚預防老化科技的一大突破，更是愛美抗老人士的福音。



貝尼森博士
Dr. Chantal Bumison

醫學研究



皮膚彈性蛋白含量激增

166%

tru face® 超級彈力原液，效果超乎想像。
使用 8 星期後，肌膚比 18 歲少女更有彈性、更緊緻！

研究證實

4 個月後，肌膚內的彈性蛋白製造量達到最高水平。

6 個月後，肌膚內的彈性蛋易製造量仍然保持良好狀態，絕無減少。

完美抗衰老組合

想擁有緊緻彈性美肌，除了選用 tru face® 超級彈力原液外，每天應配合其他 tru face® 修護系列使用，專門對抗及預防過早出現的衰老現象，有效抗面部及眼部皺紋，讓您無懼歲月在面上留下痕跡，時刻保持健康美麗，助您實現永恆青春的願望，締造不老傳奇。

1 tru face® 抗皺精華

蘊含革命性抗衰老成分原骨膠原肽，能激發膠原蛋白的產生，減退前額、眼部及口部四周的細紋及皺紋，使肌膚回復彈性且平滑富光澤。醫學研究證實，4 星期內明顯減淡深度皺紋；連續使用 12 星期後，眼尾及眼袋的皺紋明顯減退，眉心的深度皺紋減淺，下巴及嘴角肌膚更見平滑。

2 tru face® 再生精華

用後能刺激細胞再生，同時平滑肌膚，更可改善膚質、毛孔粗幼度及膚色均勻度，當中糅合革命性成分聚羧基酸 (PHA)，包括：乳糖酸，具有超凡的抗氧化功效，有效改善膚色與質感；葡萄糖酸，有助收緊毛孔，更可減低光照老化帶來的傷害，持續使用，肌膚更見柔滑、緊緻。

3 tru face® 純美精華

主要成分包括：南極海藻，有助制止骨膠原的分裂，同時減少由環境造成的早期老化現象，用後肌膚重拾柔滑觸感。配方特別加入銀杏葉精華、綠茶精華、海藻精華、萵葉精華及原維他命 A，有助舒緩肌膚的同時，提供強效的抗氧化保護，預防肌膚提早衰老，維持年輕光采。

4 tru face® 活顏完美眼霜

透過先進的 LipoLight™ 技術，即時明亮眼肚位置，用後有效減淡黑眼圈及眼部疲勞，更可改善眼部浮腫及眼袋問題，令雙眼變得閃亮有神，延展青春美態。臨床實驗證明，使用 8 星期後，黑眼圈減少 11%、眼部緊緻度改善 28%、眼部浮腫減少 29%、眼部乾燥改善 61%。

5 tru face® 活顏瞬間無痕霜

配方蘊含強效成分 GABA(胺基丁酸)，一款強效天然胺基酸，能即時減少前額、眼及唇部四周的幼紋及皺紋，令肌膚瞬間回復嬌嫩、柔滑、無瑕，效果更可維持長達小時。加上草木植物馬齒莧屬蔬菜精華，有效抑制刺激中介物，具舒緩及鎮靜肌膚功效，為肌膚提供最佳保護。



吃出健康青春美肌

要延展青春光采，除了在日常護膚方面要注意之外，也可在飲食上著手，挑選適當的食物對抗自由基，為肌膚提供最佳保護；持之以恆，便可提高身體的抗氧化能力，延緩肌膚的老化速度，常保青春。推介產品包括：茶綠精華素、g3 活能飲品，當中蘊含高效抗氧化成分，讓您輕易締造健康青春美肌。



高效抗氧化保護

g3 活能飲品

由木鱉果、沙棘果、刺梨、枸杞四種超級水果配製而成，能增強身體抗氧化防衛系統，有效保護心血管及細胞免受自由基的侵害，同時可維持視力、心血管、細胞、免疫系統及整體健康。g3 活能飲品美味可口，而且營養豐富，每日只需飲用 3 安士，即可為身體提供最有效的抗氧化保護。



g3™ 香橙蘆薈特飲

1 人份量

材料：

g3 活能飲品..... 60 毫升
蘆薈維 C 仙怡樂 — 香橙味 1/2 量羹
水 120 毫升

做法：

將所有材料放進攪拌，直至所有材料拌勻即可。

維持身體健康

蘆薈維 C 仙怡樂 — 香橙味

此美味怡神的健康飲品備有天然香橙果味，含豐富維他命 C、礦物質、抗氧化劑（維他命 A、C 及 E）及蘆薈營養成分，每杯蘆薈維 C 仙怡樂熱量僅為 80 卡路里，是維持肌膚及身體健康的不二之選。





抗氧化防衛系統 茶綠精華素

每 1 粒茶綠精華素便蘊含 250 毫克萃取自綠茶葉的天然抗氧化劑——多酚類兒茶素，有效促進新陳代謝，加速脂肪燃燒；增強身體的抗氧化防衛系統，保護細胞免受自由基侵害、維持細胞正常運作，有助收細毛孔、提升肌膚均勻度，從而預防身體及肌膚老化。

為身體補充營養 晶純仙怡樂——香橙味

每包熱量僅為 80 卡路里，結合豐富維他命、礦物質、食用纖維及抗氧化劑（胡蘿蔔素、維他命 C 及 E），添加維他命 B 雜及含香橙味，解渴怡神，更可為身體補充營養，讓您時刻精力充沛。



戰勝衰老

為了戰勝衰老，不論男女都積極地尋求抗衰老良方。今期，我們特別找來多位人士分享他們的抗衰老及健康心得，讓大家從中掌握青春的奧秘，輕易活出年輕人生，迎接健康美麗每一天。



Fiona Yiu

擁有無限商機 內外青春美麗

ageLOC® 科技是市場唯一能夠內外兼修的抗衰老科技，而且產品採用天然成份，安全有效，是一個非常大潛力的市場。每一個人也追求健康、青春和美麗，所以，ageLOC® 科技可說是擁有無限商機。

NU SKIN 如新的一系列抗衰老護膚品中，tru face® 超級彈力原液的效果非常顯著，剛推出的時候，為了證實它的威力，我只用了半邊臉一個星期，很快就能夠看見神奇的功效，皮膚質素不但大大提升，臉形輪廓變得更突出，虎紋及眼紋也被撫平。我也有服用茶綠精華素，當中綠茶的抗氧化功能讓我的肌膚變得更白皙，色素亦明顯減淡，最奇妙的地方就是綠茶具有清滅脂肪的效用，令我的身形更加健美。另外，我亦會天天飲用g3活能飲品，其成分能為我的肌膚細胞注入活力，使我的皮膚更亮澤，有助促眼睛健康。

提升生活質素 皮膚緊緻嫩滑

ageLOC® 的科技非常創新，能夠革新人們對於衰老的思維，對身體和皮膚能作出看得見，感覺到和量度得到的效果。除了優良的產品改善了我的身體狀況外，我亦選擇和掌握了 ageLOC® 的事業機會，這個事業機會對我來說是難得遇上，也能提升更多人的生活質素。

起初我用了如沛補充營養素之後，精神好了，皮膚也得到改善，tru face® 超級彈力原液令我皮膚變得非常緊緻，有光澤。我也同時接觸了 NU SKIN 如新的 TRA 創星套裝，用後大約大星期後，發覺能夠改善身體疲倦、精神不集中、肥胖等狀況，身邊的朋友都察覺到自己瘦了。其後，再使用 ageLOC® R 平方，更加令到我的精神狀態和睡眠質素大大提升，配合 ageLOC® 煥新套裝和 tru face® 超級彈力原液一同使用，皮膚都變得更緊緻、更嫩滑，人亦變得更開朗。配合 ageLOC® 修身美顏 Spa 機一起使用，在 5 至 10 分鐘內即能令面部輪廓眼袋、眼紋和黑眼圈同時減退，效果非常之好。



Lei Ka Lai



So Kwok Po

重拾活力生命 抗氧化高手

ageLOC® 是革命性的科技，不但逆轉人體老化帶來必然衰退的生活素質，更可重拾美麗、健康、自由、活力的生命，更厲害是 ageLOC® 帶來的商機，只要把握此事業機會，就能獲得經濟的自由、時間的自由。

茶綠精華素確有美白皮膚功效，有時貪吃多了煎炸東西，我一定會服用茶綠精華素，因為它具有加速燃燒脂肪作用。日常生活中，基本上我會配搭如沛補充營養素及深海賦活魚油、益生菌配方、g3 活能飲品一同服用，讓我根治了多年的濕疹及便秘狀況。後來使用 ageLOC® 修身美顏 Spa 及 TRA 體重管理系列，七星期由少婦變少女。再者，因為原職護士前線及管理工作，壓力及工作量增大，加上當時家父病重，自己缺乏休息加上情緒低潮，甲狀腺腫脹，於是決定離開；自從服用了超級靈芝 GLP、茶綠精華素，睡眠質素改善了，身體狀況亦變得良好穩定，從中亦見證了綠茶的美白作用。現在我亦有使用 ageLOC® R 平方，體力明顯加強，讓我可以應付以前不能應付的重肌肉運動，而且便秘狀況更有所改善。

倍增財富 越活越年輕

ageLOC® 科技改寫了人類壽命的歷程，NU SKIN 如新的科學團隊直擊人類老化根源，找出青春基因群組並研製一系列產品，讓人輕易活出年輕人生。

我有使用 tru face® 超級彈力原液，特別喜歡於完成 ageLOC® 修身美顏 Spa 的護理後再使用一粒，許多老同學和教友都稱讚我皮膚光澤和彈性都不像 74 歲。我亦一直有服用茶綠精華素和 g3 活能飲品等營養補充品。

從去年十月開始服用 ageLOC® R 平方和 ageLOC® 美體 Spa 後，整個人更精神，並可熟睡到天光，身型也變得緊緻，原來的衣服都寬了，身邊一眾親戚和朋友都說我明顯瘦了，也顯得精神了。另外，服用 ageLOC® R 平方另一個最大感受是，在 6 月偶然一次家政聚會中發現我竟可徒手穿針（不用穿針器）。NU SKIN 如新讓我越活越年輕，人生下半場也精彩！



Lau Yuk Ying

劉明軒 活出健康美麗人生

急促的生活節奏，加上忙碌的工作，不止令人身心疲累，連皮膚質素亦會逐漸變差。為了令身體由內至外取得平衡，常保青春健康，劉明軒從護膚、飲食及運動等多方面著手，讓自己時刻都能保持最佳狀態，今天，就與大家分享她的健康美麗之道，一同延展活力光采。

天天為肌膚補濕

作為藝人，由於工作關係，經常要化妝示人，加上日夜顛倒，睡眠不足，肌膚少不免會出現缺水、暗啞等問題。為了保持肌膚健康富有光澤，劉明軒在日常護膚方面十分注重補濕程序。「本身皮膚偏乾，補濕對我來說十分重要，因此，在選擇護膚品時，會較注重產品的補濕和滋潤功效。每晚或隔晚敷補濕面膜之外，有時亦會於早上外出工前先敷面膜，而臨睡前更一定會塗補濕面霜，為肌膚注入源源水分的同時，讓肌膚得到充份滋潤，更容易上妝。」除了著重補濕之外，她亦會使用一些具有緊緻功效的護膚品，讓面部肌膚時刻保持彈性、柔滑、細緻，同時改善眼部肌膚浮腫問題。

吃得清淡 少鹹少甜

都市人由於工作時間不穩定，導致飲食不定時，有些人甚至未必能夠遵從「一日三餐」的飲食模式，以致對於身體健康都會有一定的影響。面對密密麻麻的工作，劉明軒為確保身體健康，她懂得從飲食中作配合，務求令身體能夠吸收足夠的營養。「我十分注重均衡飲食，甚少節食，飲食習慣向來清淡，少鹹少甜，同時服食含維他命及骨膠原的保健產品，有助維持肌膚健康，更可補充日常飲食未能攝取的營養。」另外，為了讓身體由內至外保持青春健康，她會盡量維持穩定的作息時間，維持每晚8至9小時的睡眠時間；擁有充足的睡眠，無論對身體及肌膚都會帶來好處。

勤做運動 對抗衰老

要對抗歲月痕跡，保持健康體魄及完美肌膚，除了保持良好的生活及飲食習慣，適量的運動亦十分重要。做運動是保持身心健康的有效方法，劉明軒深明此道，雖然工作忙碌，但是她每天都會抽時間多做運動。「以前會上健身房、跑步及游泳，但礙於現時的工作關係，未必有太多時間容許我外出做運動，因此我在家中添置了一部跑步機，每天跑步45分鐘至一小時，以保持



身體健康。」另外，她認為做運動亦是對抗衰老的最佳辦法：「曾試過有一段日子完全沒有運動，整個人顯得十分疲累，面色亦變差了，於是三年前起便開始上健身房及跑步，運動有助促進新陳代謝，出了一身汗，人亦變得精神了，連皮膚都有所改善，變得細滑了。」最後，劉明軒指出，護膚一定不可躲懶，無論工作有多忙，回家後有多疲累，都一定要謹守護膚程序，補濕尤其重要。從今天起，大家不妨多做運動，勤力護膚，讓自己由內至外如劉明軒般健康美麗。

2006年諾貝爾和平獎得主
尤努斯(Muhammad Yunus)
被稱為窮人銀行家的經濟學家
將分享他如何為幸福而努力
從個人的改變開始·創造世界
的改變·

一個人，可以改變世界

2012 NU SKIN 大師趨勢論壇

繼邀請大前研一、約翰·奈思比兩位趨勢大師，
2012年，NU SKIN 如新邀請諾貝爾和平獎得主尤努斯，分享改變世界的力量。
穆罕默德·尤努斯，放棄美國經濟學教授職位，回孟加拉為目不識丁的婦女創辦微型貸款，
三十年來，超過數百萬人衝破貧窮線。
他不是慈善家，是社會型企業家。

菁英匯集 精彩座談



座談主持人
香港中文大學行政人員工商管理碩士課程主任
陳志輝教授



座談主持人
知名獨立媒體人
高敏



座談主持人
天下雜誌總編輯
吳廷春



信報財經月刊總編輯
文灼非



香港社會創新論壇主席
謝康勳博士



香港中文大學公民社會研究中心主任
陳健民博士



中國扶貧基金會執行副會長
何建輝



北京師範大學社會發展與公共政策學院院長
張勇



宏善集團創辦人/智融集團
董事長
王裕常



臺大管理學院副院長
李忠仁



夢想學校創辦人
王文瑋



NU SKIN 如新集團大中華區總經理
范家輝

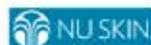


查詢最新趨勢及講者資料，請掃描QR CODE

論壇日期 | 8/11 香港 亞洲國際博覽館 | 8/13 北京 國家會議中心 | 8/15 台北 國際會議中心

時間：14:30~16:30

主辦單位



協辦夥伴



合作夥伴

