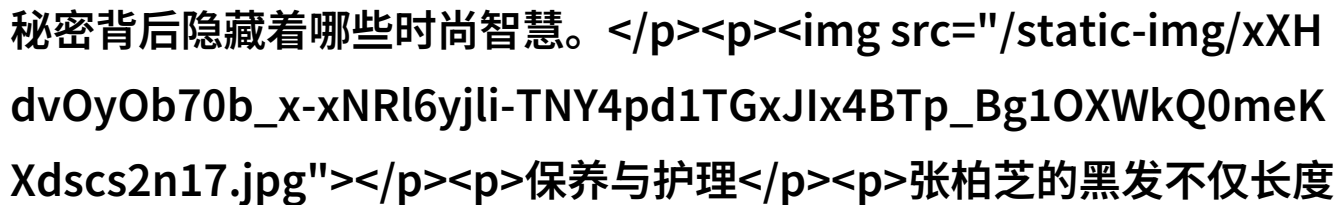
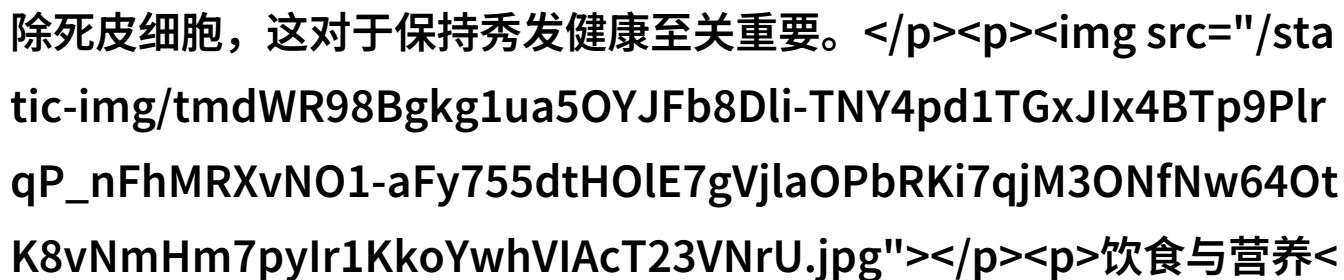


张柏芝的黑发魅力毛又长又黑的时尚秘诀

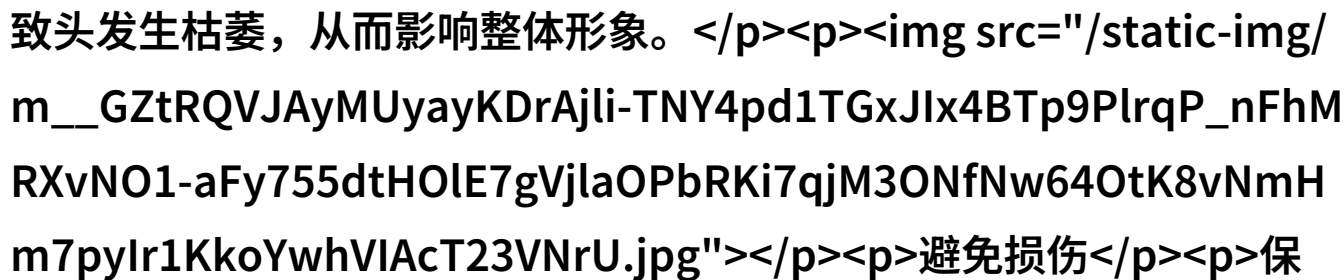
在众多明星中，张柏芝以其独特的风格和迷人的气质脱颖而出。她的黑发是她最显著的标志之一，也是她时尚魅力的重要组成部分。今天，我们就来探索一下张柏芝如何维持那令人垂涎欲滴的长发，以及这些秘密背后隐藏着哪些时尚智慧。



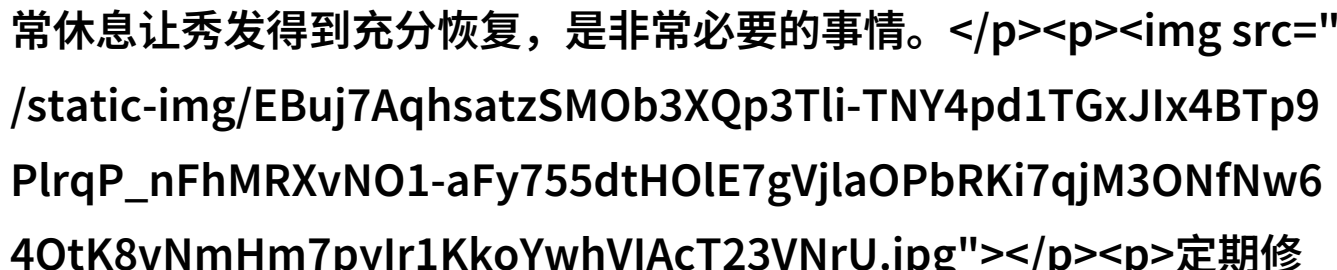
保养与护理
张柏芝的黑发不仅长度令人惊叹，而且看起来柔顺、光泽无比。这得益于她对日常保养和专业护理的一丝不苟态度。她使用高品质洗发水和护发素，不断地为自己的头皮进行按摩，以促进血液循环，并防止头皮炎症。此外，她还定期去除死皮细胞，这对于保持秀发健康至关重要。



饮食与营养
饮食对于保持秀发健康同样重要。张柏芝坚持均衡饮食，摄入丰富的蛋白质、维生素E以及Omega-3脂肪酸等有助于促进头发生长和健壮性的大量营养物质。此外，她还特别注意水分摄入，因为缺水会导致头发生枯萎，从而影响整体形象。



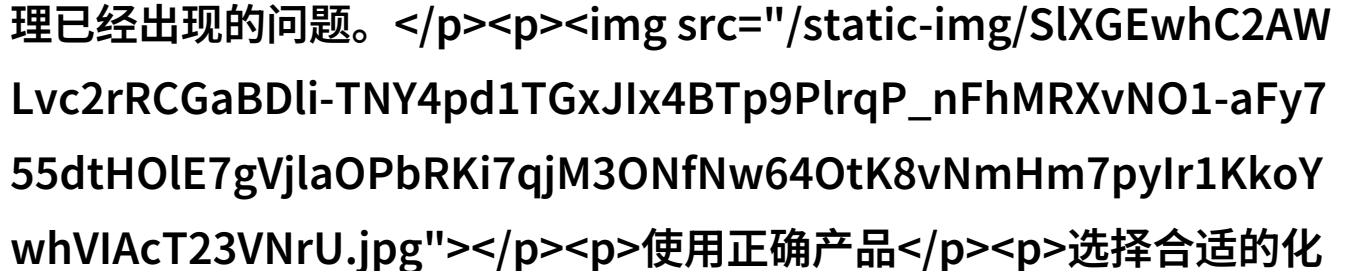
避免损伤
保证秀发不会受到过度拉伸或烫染等损伤也是关键所在。虽然短暂地将一束花编织到刘海上可能给人留下深刻印象，但频繁更换不同的造型确实会造成不可逆转的地面损伤。因此，选择适合自己类型的人造型并且经常休息让秀发得到充分恢复，是非常必要的事情。



定期修

剪

定期修剪可以帮助保持形状，同时也有助于减少断裂现象。在家中自行修剪可能无法达到专业水平，因此建议定期前往美容院进行专业打理。这样可以确保每一次切割都是为了美丽，而不是为了应急处理已经出现的问题。



使用正确产品

选择合适的化妆品也很关键，比如选用含有植物油或天然香料成分的小包装产品，它们能够提供额外保护，同时不会引起敏感反应。而且，每次清洁完毕后要彻底清洗所有工具，以免污渍残留导致细菌滋生，影响整个身体健康状况包括头发生长。

心态调整

最后的一个点是心理层面的调整。一位名叫“幸福”的法国女士曾说：“当你感到快乐的时候，你的声音也变得甜蜜。”这句话同样适用于我们的精神状态。如果我们的心情稳定，那么它反映在我们的模样上，也许就能看到一些小变化，让我们更加自信从而展现出最佳版面。不论是在工作还是生活中，都应该学会放松身心，享受生活带来的每一个瞬间，这是一种最好的治疗方法，无需任何药物，只需要时间和耐心即可见效果实。

[下载本文pdf文件](/pdf/780482-张柏芝的黑发魅力毛又长又黑的时尚秘诀.pdf)