夏日防暑攻略

米安娜 / 文 粒摄

梅雨季过后就是夏日炎炎，在这个酷热的季节里，烈日当空，体感闷热，关于防暑纳凉，从防暑神器，到心情效应，现在为你一一道来。

A 空气循环扇

电扇直吹得头痛难受，空调房呆久了会有空调病，但是失去它们，就只能被高温融化，要怎么样才能过好这个炎夏呢？夏日救星“空气循环扇”，拯救你于水深火热之中。它不仅是送风，还是充分开发了空气循环、温度循环的优势。它具有电风扇和空气循环两种用法，只要加以妥善使用，就能让室内环境更加舒适，比如——它可以辅助空调，不让冷空气滞留在地面，达到冷气最大化又节能的效果。城市高楼密集，在室内享受自然风有时候是一件奢侈的事，趁着天气好的时候，把空气循环风扇放在窗边，它就会借由空气循环把室内热气送出去，把新鲜空气送进来，达到小幅度降温的效果，是改善室内空气的一大利器。

B 小白裙

明媚的夏天，总会不由自主地喜欢上一些五颜六色的东西，就像路边盛开的花朵、西瓜和柠檬，但是有时候纯净至极的小白裙，反而能让你成为最灿烂明媚的存在。小白裙，轻松驾驭日常、通勤和度假，选择细肩带设计有着别样的清纯诱惑，小 V 领则能恰到好处地凸显肩颈线条，如果你不走可爱娃娃裙风，一条上窄下宽的白色长裙，既保留腰身，又拉长曲线，凸显女性的清新飘逸。来自美国洛杉矶的这条小白裙，被各大博主从小众品牌穿成了“街裙”，它的经典款细吊带开衩白裙清新自然又不失女人味，搭配平顶草帽、平底鞋，你就是被夏日阳光温柔相拥的女孩。作为近几年都特别火的度假裙，来自巴厘岛指南的最新一期 2021 夏季新品推出了不少小白裙，其中的泡泡袖迷笛裙，通过方形领设计凸显肩颈线条，泡泡袖显瘦且俏皮可爱，张扬着和夏日相配的活力，最重要的是款式设计对身材十分友好。

C 有效防晒

烈日当空，体感让我们错觉紫外线是随着热浪而来，作为护肤抗老的重点，这时候就恨不得武装上物理、化学、生物的全天候防晒。对于姐妹们来说，脸部防晒还要考虑后续的妆面感，所以大部分人会选择轻薄干爽的乳液状防晒霜，伊菲丹是其中值得推荐的一款，它是少有的干皮、油皮都会喜欢的防晒，润而不油。一整天下来皮肤还是维持在一个很干爽的状态，上脸很快吸收之后，皮肤会比之前更加柔软水润，像是给皮肤涂了一层保湿水乳，没有一点粘腻感。这款防晒时长能达到 16 个小时，避免了在户外补涂的麻烦，而且防水防汗效果也不错，适合去海边度假用。身体大面积的防晒，或者户外补涂，防晒喷雾会比涂抹防晒霜方便。iLab 隔离喷雾的喷雾很细，喷在手上感觉和补水喷雾差不多，但是要注意用量要足，不然就没有防晒效果了。市面上大部分喷雾都不适合用于脸部，一来不好控制用量，二来可能会有冻伤和吸入风险，要注意看清楚使用说明哦。最后，除了涂防晒霜，遮阳伞、防晒衣也要准备起来，物理化学双重隔阻，彻底让紫外线无法近身。

D 珍稀融合系列

夏日夜晚最惬意的事呢，应该是结束工作回到家喝点加冰块的洋酒，驱散一天的疲乏。这款刚上市的苏格兰百富高年份 25 年，有着标志性的苏格兰百富的蜂蜜和橡木风味，是首席酿酒大师大卫·斯图尔特先生近六十年职业生涯的致敬之作。他挑选珍贵稀有的高年份酒液，通过珍稀融合的酿造技艺，汇集不同橡木桶的风味，创造出这款复杂且平衡的味道，诠释了“复杂的最高境界是简单”的道理。原料大麦是由酒厂匠人亲自种植栽培，在机械如此发达的年代，苏格兰百富仍旧保留了传统的地板发芽技术，聘用专职的铜匠来维护修缮铜质蒸馏器，桶匠团队维护用来窖藏威士忌的橡木桶，大卫·斯图尔特精心照料着橡木桶中的酒液。可以说，其五大手工技艺是对全世界单一麦芽威士忌爱好者“匠心·智作”的呈现。

E 遮阳帽

要挡住夏日的热情，怎么少得了一顶又潮又遮阳的帽子呢？时尚搜索 2021 第一季度的全球十大热门单品，明星的私服造型或是街拍，都有帽子的一席之地。棒球帽搭配 T 恤的夏日装扮，让基本款更酷更街头。又慵懒又时髦说的就是渔夫帽，无论是什么脸型的人都能在这个类型中找到自己的所属，无论是什么风格都可以搭配，除了黑色的基础款之外，五颜六色的印花或是扎染渔夫帽也是迎合夏天的不错选择。说到最有度假感的帽子，那编织草帽必须拥有姓名。除了拗造型更有张力，选择稍微檐短一点的编织草帽，搭配碎花裙子，法式风情也可以很日常。要说居家隔离给时尚圈最大影响，应该就是全民 DIY 吧。于是，夏日出街装扮，串珠和钩针元素逐渐进入大家的搭配里，它不仅颜色鲜艳丰富，而且钩花样式多变，充满手工制作的温情的同时还有一种轻松的时髦感。

F 度假神器

阳光、沙滩、海浪、仙人掌，还有各种度假不可少的神器！曾经，火烈鸟救生圈随处可见，风靡好几年，终于被各类创意沙滩巾成功夺位，从甜甜圈到牛油果、菠萝、西瓜、冰淇凌……大色块、大图案的沙滩巾可以说成为了海滩上媲美泳衣的亮眼存在。海边度假，最重要的还有每天拗造型的行头，但是行李箱也就这么大，怎样才能做到每天不重样？家人们，这时候你需要压缩 T 恤！它的原理和压缩面膜一样，买回来的时候巴掌大一块，放在水里一泡就变成正常 T 恤大小，即泡即干即时穿，而且它还不是一次性的哦，是可以反复穿着的正常棉质 T 恤神器！想要你的海岛游照艳压朋友圈，除了额外的拍照氛围之外，一些“小心机”更是必不可少，例如“可爱纹身贴”，各种“叠贴”还能让你的海岛照片充满不一样的喜悦感，还有身体亮片和闪粉，让你的照片立刻闪亮起来。

G 诗意乘凉

解暑，是炎夏的永恒命题。没有科技的古代，诞生“心静自然凉”的意识流纳凉方式，也有了团扇、折扇等发明创造。与其空调房里足不出户，不如带上一把中国风折扇，淡然度夏。相比起团扇，折扇更加便携，也被称为“怀袖雅物”，扇面书画、扇骨雕琢，素来是夏日取凉的精巧之物，在古代也成为了文人雅客人手一把的标配单品。中国风折扇大多将古代书画大家的作品付诸扇面，有毛笔书写，有水墨工笔，大方雅致、制作考究，夏日午后轻摇折扇拂暑尘，纳凉的同时也令人赏心悦目。故宫淘宝仙鹤古风折扇的扇面书画来自故宫藏品《红漆边架缎地绣山水松鹤围屏》，景物描摹细致生动，以西笔画意织绣樱开鹤翔图，其下绦环板则用工笔手法绣以莲、菊等花卉，一片盎然生机跃于屏风之上。仙鹤翩翩，花开灿然，搭配基础款和裙装都非常合适。轻罗小扇微摇，清风便自徐来，仿若还夹杂着些许繁花香气。

H 夏凉被

睡眠的时间占了我们生命的三分之一，在炎热的夏夜，盖着被子吹空调是日常操作，于是选择一款轻便好用的被子变得很重要，而夏凉被薄厚得当，轻盈舒适的同时还可避免着凉，解决冷热交替的烦恼，让夏夜有个好觉。市面上常见夏被材质有棉花、聚酯纤维、蚕丝、羽绒，它们都具有自身缺点，例如棉花不能水洗，聚酯纤维和身体接触容易起静电，蚕丝价格高且不能水洗不能暴晒，羽绒对于部分人群来说可能会产生过敏现象。综合透气性、散热情况、恒温持久度等让夏夜安睡的因素来看，羽绒夏被是性价比较高的选择，特别是对于有小孩的家庭来说，安全、蓬松、轻柔、通透性好，更重要的是在炎热的夏天有极强的散热性，更可以提升睡眠质量，而且能够水洗，无需被套贴身使用，可以压缩收藏都是加分项，但要注意的是，鹅绒被不建议三岁以下宝宝使用，可能会对鹅绒过敏。纤维夏被和蚕丝夏被各有所长，也是夏天不错的选择。而棉花夏被保暖性能一流，再配上一套被套，就不太适合闷热高温的夏夜了。

I 腕表展览

夏日里最有意思的事应该是躲进展览馆，在艺术陶冶中驱散暑热。瑞士珠宝腕表 Chopard 萧邦在上海揭开“HAPPY SPORT Tale of an Icon”展览，这是一场追溯灵动钻石作品创作历史的旅途。此次展览上，Happy Diamonds 与 Happy Sport 系列史上经典作品与新作齐聚展示，将时间之舞在六个空间之中绽放。灵动钻石（Happy Diamonds）在 1976 年诞生，第一款腕表更是荣获了被誉为珠宝界奥斯卡的巴登巴登金玫瑰大奖。此款腕表与另外两款同为 1976 年诞生的首批古董腕表也在此次展览中限时展出，令人一睹灵动钻石系列历经岁月后的经典魅力。在 Happy Sport 展区内，48 件系列衍生款古董作品在闪耀的橱窗中展示，历史在沉浸式展览氛围中散发出灵动的魅力。步入二楼，邂逅该系列在今年发布的新作。专为陪伴女性的日常活动而创作，突破传统将钻石与精钢材质结合、具有复古运动气质的腕表，大胆改变了女性与时间的关系。2021 年的全新腕表，凭借传奇般的灵动钻石和“鹅卵石”表链，新款腕表忠实复刻经典原作，同时融入重大创新：以黄金比例为灵感，重新设计直径为 33 毫米的全新精钢表壳，并搭载自制自动上链机芯。在二楼影院展区中，小憩一会儿，可以欣赏到品牌大使朱莉娅·罗伯茨（Julia Roberts）的精彩演绎。