

多巴胺穿搭， 减龄又时髦

从色彩心理学来说,亮色容易生成“快乐因子”,促进多巴胺产生,现在最流行的多巴胺穿搭,就主打一个五颜六色。高饱和度、高明度的色彩搭配元气满满,活泼十足,如果你平时穿着比较沉闷严肃,不如洒脱一点,一起明亮快乐起来吧!



甜美又减龄——多巴胺帽子

伴随着夏日一起到来的就是超强紫外线,大太阳下还想做“白雪公主”,除了防晒必不可少,帽子这种“硬防晒”成为了很多人的出门必备。除了可以防晒以外,帽子也是凸显造型的好手,一款

彩色的渔夫帽,无论是日常逛街还是外出度假都能轻松吸睛。不管是艳丽的粉色还是鲜嫩的黄色,在夏日的阳光下都能肆意绽放热情,整体的感觉也是甜美又减龄。



明艳又百搭——多巴胺包

买够了黑白灰的基础色,是时候来一款鲜艳色彩的包了,尤其是一身白或者一身黑,配上鲜艳色彩的包,明艳加分。在实际选购的时候,彩色包尽可能选小款,会更加灵

动可爱。有一点灰度的色彩或许不能完美符合今年多巴胺穿搭的要求,但却更百搭,且不容易过时,一些浅粉色、奶油绿或者奶油蓝,都是百搭的选择。

时髦又出彩——多巴胺首饰

有了包和丝巾,首饰怎么能不多巴胺一些。这几年一直流行彩色的串珠首饰,加上夏天清爽的穿搭,造型更时髦了。串珠的颜色、元素一般比较丰富,戴上这

种饰品会让你看上去更有活力。搭配简单的T恤、衬衫、裙子,也能很出彩。最近还流行彩色小抓夹,造型一般以蝴蝶、花朵为主,也很好搭配。 临风

吸睛有活力——多巴胺丝巾

热情的夏季,我们想要穿得更出彩,可以在小细节上花点心思,比如精致的丝巾,柔美和仙气共存,无论是系于颈间或缠于手腕,都能衬托气质兼具美貌与实用性。一条色彩斑斓的丝巾,在夏日的简单穿搭里吸睛有活力,不想选择整套多巴胺过于浓郁热情,那么小小的一片彩色也可以让人心情明媚,不妨试试将丝巾系在颈肩,小面积地点缀不会给人闷热的感觉,或者系在头发上,清爽有活力的同时也很适合度假使用,非常出片。

切开的西瓜怎么保存?

炎炎夏日,西瓜是家家必备的消暑美食。一整个西瓜吃不完,切开后如何保存更安全,是不少人关心的话题。在此,小编给大家提供几个关于保存西瓜的建议。

建议一:对于不知道什么时候切开的西瓜,不要存到第二天再吃。

一般来说,一个健康完整的西瓜,内部基本无菌。但是,一旦切开,它就会接触外界的细菌,随着时间延长,开始腐败变质的进程。西瓜摊上、水果店里、超市里,都常有切开的瓜。想购买这种西瓜的人,一定要知道它是什么时候切开的。如果切开之后在夏季的高温下放了两三个小时甚至更久,细菌已经大量增殖了,即便拿回家之后再放入冰箱冷藏,因为细菌“基数”太大,一夜之后很可能已经严重超标了。这种西瓜买回去后,建议削掉切口处的一层,及时吃掉。

建议二:装西瓜的果盒如果没有放在冷藏柜里,最好不要买。

即便在冷柜里放着,胃肠功能较弱的人也最

好不要冒险。一般来说,西瓜切得越小,和细菌接触面就越大,被刀和案板污染的机会就越多。那些切成丁、切成块的水果更加令人担心。

建议三:切开一个西瓜之后,先把要马上吃的部分留出来,其余不吃的部分不要切小块,而要立刻盖上保鲜膜,放在冰箱里。

如果亲眼看到超市或水果店的工作人员切了半个瓜,可以趁着新鲜买走,回去及时和家人一起把它吃掉。如果没有刚切的瓜,又很想买半个瓜,最好找其他顾客,两人说好分一个瓜,当时切开,当时拿走。回家后,别把瓜全部放入冰箱,先把要吃的部分切下,及时吃掉,剩下的放冰箱。冷藏的西瓜第二天也要吃掉。如果切开的西瓜在家中室温下放了很久,细菌已经增殖严重,再放到冰箱里过夜,细菌就可能超标了。

建议四:切西瓜的刀和板必须保持干净,不能和切生肉的菜板和菜刀混用。

切生蔬菜之后,也要先把刀和菜板洗净消毒再切西瓜。最好直接用专门切水果的刀和案板。



鉴于西瓜外皮也是被污染的,所以要把西瓜整体洗干净。

建议五:冰箱储藏一定要生熟分开,切开的西瓜用保鲜膜覆盖,放在上层,或放在专用的储藏水果的保鲜抽屉中。

盖上干净的保鲜膜,并不能防止病菌增殖,但也不会大幅度增加微生物的繁殖速度。它主要的意义是,避免和冰箱里的其他食物发生交叉污染。 孙磊