

完美女人学堂

Meimu
Chuanqing

眉目传情

吉列创作室编著 / 广州出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

眉目传情 / 吉列创作室编著. —广州: 广州出版社,
2004. 3

(完美女人学堂. 第三辑)

ISBN 7-80655-631-1

I. 眉… II. 吉… III. ①女性-眉毛 化妆②女性-眼-化妆

IV. TS974. 1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第002203号

书 名 完美女人学堂 (第三辑)

出版发行 广州出版社

(地址: 广州市人民中路同乐路10号 邮政编码: 510121)

责任编辑 甘 谦

特邀编辑 林木海

责任校对 蚁燕娟

印 刷 广东茂名广发印刷有限公司印刷

(地址: 茂名市计星路60号 邮政编码: 525000)

规 格 850毫米×1168毫米 1/32

总 印 张 16

总 字 数 320千

印 数 1~5000套

版 次 2004年3月第1版

印 次 2004年3月第1次

书 号 ISBN 7-80655-631-1/ Ts·48

总 定 价 80.00元 (全四册)

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。



眉目传情

Meimu
Chuanqing

吉列创作室 编著 / 广州出版社

完美女人学堂



Eyes

Eyes

前言



“翠眉凤目，眼含秋水”，这就是魅力女人的风情特写。如花灿烂的笑靥，或天真或媚态的眼波，沉浸于思索或想像时忧郁的神情、半嗲半软的语调，都是女人魅力的表现。无论是忧郁的、迷惘的、飘渺的、慵懒的、天真无邪的、眼藏烈焰的，只要会眼波流韵、顾盼生辉、传情达意，皆是美丽的源泉。

女人的双眸不仅是文人的灵感源泉，秋波流转、顾盼生辉的双眸也是众多女性梦寐以求的美丽渴望。然而，强烈的紫外线、环境污染、熬夜、加班、应酬，这些都在伤害着眼部娇嫩的皮肤，加重它的负担，夺去双眸的神采。美眼之初，你只需要补补觉，贴敷隔夜的茶叶袋或者用用眼霜、贴贴眼贴膜，双眼就可以变得清澈、明亮。但是，渐渐地，这一套又不管用了，眼角的黑眼圈、眼袋、鱼尾纹越变越顽固，最终赶也赶不走。因此，你现在必须对你的眼睛进行保养了！

EYES
Eyes Eyes

目录

CONTENTS



第一章

揭开美目的神秘面纱

10 人体的照相机——眼睛

17 眼睛与血型、性格的关系

21 人为什么要眨眼睛

第二章

明眸的三大天敌

24 对抗黑眼圈

黑眼圈形成的原因
解决你的“熊猫眼”

32 抚平你的鱼尾纹

鱼尾纹形成的原因
消除鱼尾纹的方法
鱼尾纹日常防治
妙招巧除鱼尾纹

45 消除眼袋的对策

眼袋形成原因
祛除眼袋有妙法
绿茶热敷去眼袋

Eyes



第三章

滋养你的妩媚秋水

52 明目八大法宝

双手熨目

视野运目

熏浴双眼

饮食养目

手指摩目

远眺极目

珍惜眼睛

呵护双眼



57 给眼睛做个新潮SPA

舒眼SPA

润眼SPA

醒眼SPA

眼部SPA保养品

62 眼霜呵护你的眼睛

眼霜的功效

眼霜与日霜的区别

眼霜的使用

选择适合的眼霜

使用眼霜的误区

70 美眼矿物元素



CONTENTS

CONTENTS

72 养眼的美味饮食

菊花鱼丸汤
枸杞炖鳗鱼
珍珠肉金笋老鸽汤
西兰花鲍片
杞子炖乳鸽
银杞明目汤
清热养眼汤
笋烧海参
软炸枸杞猪肝
三味美目汁
绿豆猪肝粥



80 馨香明目花果茶

84 自制新鲜眼膜

丝瓜眼膜
蜂蜜蛋黄膜
牛奶眼膜
茶叶眼膜
银耳眼膜
黄瓜蛋清眼膜
小黄瓜眼膜

Eyes

第四章

电波四射媚眼妆

88 眼影新时代

眼影话你知
涂抹眼影的技巧



99 卷出魅力眼睫毛

你的眼睫毛卷好了吗

眼睫毛油(液)的涂法

妆扮眼睫毛有妙法

为眼睫毛卸妆

103 魅影眼线笔

眼线笔的种类及使用方法

化好你的眼线

画出彩色眼线妆

眼线的卸妆

112 不同眼形的化妆法

大眼睛的化妆

小眼睛的化妆



浮肿眼皮的化妆

凤眼的化妆

双眼皮的化妆

单眼皮的化妆

眼镜美眉的化妆

118 风情眼妆六变

赫本时代的精致

简洁异域风

烟熏妆依然

蜜糖女孩风格

异彩纷呈的创意眼妆

完全眼妆概念

126 眼部病源的化妆禁忌

角膜真菌病

角膜灼伤

结膜炎

结膜染色

CONTENTS

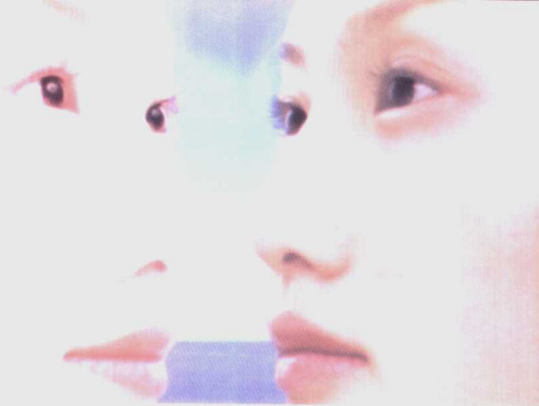


第一章

揭开美目的

神秘面纱

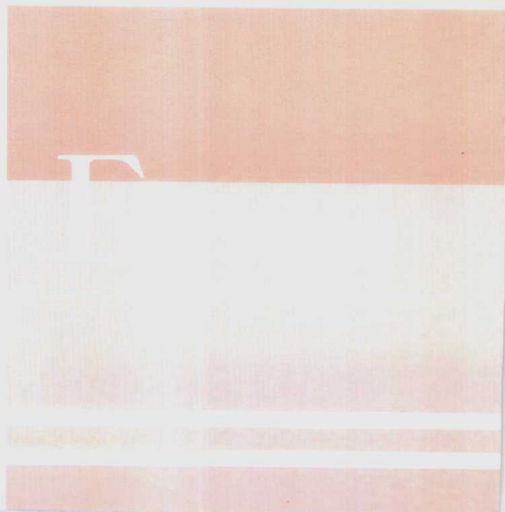
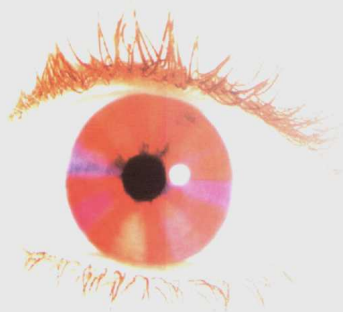
神采飞扬的明眸、星光流转的秋波、如水的
双眸使人沉醉其中，尽显女人风情，令人产生
无限的遐想。



人体的照相机

——眼睛

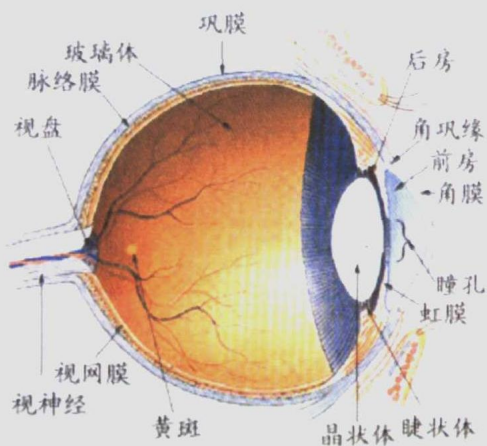
眼睛是心灵的窗户，是表达情感与喜、怒、哀、乐的窗口。透过它可以看清大千世界，像放电影一样连续不断地从你的双眼里一闪而过，可惜眼睛无法像相机一样会把物体定格，但它的构造却与照相机类似。



角膜——镜头

角膜是光线进入眼球的第一道关口。其屈光力为42D左右，占眼球表面积的1/6，直径为11.5毫米，中央厚0.6毫米，旁边厚1毫米，俗称“黑眼珠”。其实它透明无瑕，只是由于眼球壁的其他部分好像照相机的暗箱。当人们通过这层透明组织看黝黑的眼内时，才会产生黑的感觉。

角膜组织分五层：上皮层、前弹力层、基质层、后弹力层、内皮细胞层。角膜上皮层有十分敏感的感觉神经末梢，但对低温不敏感，因此有“不怕冷的大将军”之说。如果角膜上皮受损，一般24小时内不留痕迹地愈合。如果角膜受损严重，则愈合后会留下瘢痕，严重的呈瓷白色，好似镜头上的霉斑，影响视力。



Beauty



巩膜—相机壳

巩膜对眼球的内部结构起保护作用。它白色不透明，厚约1毫米，占据整个眼球后面约5/6的范围，俗称眼白，也就是靠近角膜的巩膜和其上一层透明球结膜。

瞳孔—光圈

俗称“瞳仁”，直径为2.5~3毫米。外面光线强的时候，瞳孔缩小；光线弱的时候，瞳孔变大，从而使眼睛里接受的光线总是恰到好处。一旦失调，则曝光不当。

Eye





虹膜 光圈的叶片

如果光线过强，虹膜内瞳孔括约肌收缩，则瞳孔缩小；光线变弱，虹膜开大肌收缩，瞳孔变大。根据虹膜内含色素的不同，虹膜呈现不同的颜色。白种人虹膜色素较少，呈灰蓝色；黄种人色素较多，呈棕黄色；黑人色素最多，呈黑色。

Beauty

Eyes

晶状体—全自动变焦镜头

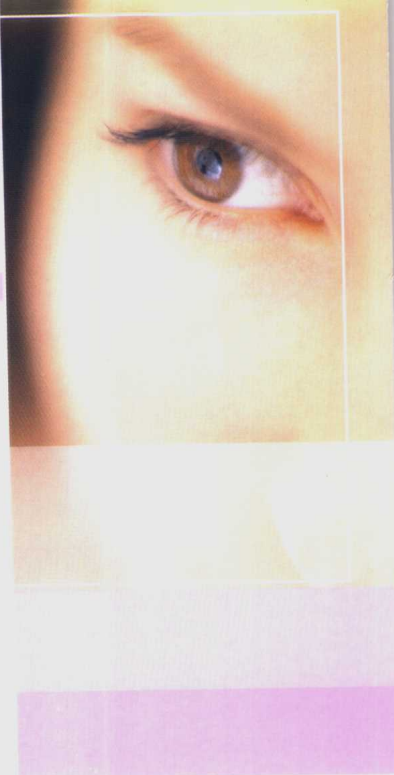
晶状体位于瞳孔虹膜后面，呈双凸透镜。正常人既能看近又能看远，全依赖于晶状体的调节。看远时，睫状肌放松，悬韧带绷紧，晶状体变扁平，折光力减少；看近时，睫状肌收缩，悬韧带放松，晶状体依靠其本身弹性变凸，折光力增加。通过如此调节，使光线能聚焦在视网膜黄斑上。

如果通过调节，光线不能聚焦在视网膜上，就存在屈光不正。光线聚焦在视网膜之前称为近视眼；聚焦在视网膜之后称为远视眼；不能聚焦在一个点，称为散光眼。如果晶状体的调节功能失调，如年老时，晶状体不能变凸，称为老视，即老花眼；如果晶状体变混浊，就称为白内障。

Beauty

视网膜——胶卷

具超感光功能。感光最敏锐的那部分，称为黄斑。虽然视网膜很薄，但结构却很复杂，分为10层。感光的细胞主要是视锥细胞和视杆细胞。视锥细胞主要负责明视觉和色觉；视杆细胞主要负责暗视觉。



脉络膜——照相机的暗箱

主要由血管组成，因此还兼有营养眼球的责任。

眼球的发育

眼球的发育从小到大，在3岁前为快相期，即由出生后的18毫米发育到21毫米；在15岁前为慢相期，眼球发展到23毫米左右，到青春期发展变慢，25岁以后基本稳定。



Eyes



眼附属器——眼睑、结膜、泪器

■ **眼睑：**眼球的卫士。眼睑不但保护眼球免受损伤，可以使泪液润湿眼球表面，以免角膜干燥，并使其保持光泽。眼睑表面为皮肤，分为上、下眼睑，覆盖眼球前面，其间为睑裂。在组织学上分为六层：表皮层、皮下组织层、肌层、肌下结缔组织层、纤维层、睑结膜层。

■ **结膜：**保护眼球的第二道防线。结膜是一层薄而透明的黏膜，衬在眼睑后面和眼球前面，从解剖学上分为睑结膜、球结膜及穹窿结膜三个部分。



■ **泪器：**眼球的清洁工。泪器包括分泌泪液的泪腺和排泄泪液的泪道（泪点、泪小管、泪囊、鼻泪管）。泪液由泪腺分泌到结膜囊后，借瞬目运动和泪小管虹吸作用，向内眦汇集于泪湖。眼睑闭合时经泪点、泪小管、泪囊、鼻泪管而排入下鼻道。泪液为弱碱性透明液体，除含有少量蛋白和无机盐外，尚含有溶菌酶和免疫球蛋白、补体系统、 β 溶素及乳铁蛋白，故泪液不但有湿润眼球的作用，还有清洁和杀菌的作用。