

想要变美？想要变得更漂亮？想要更有气质？你选对了！气质美女专家布仁医生亲自总结了自己十几年的经验，以专业的医者角度，用自己的切身经验告诉大家，如何让自己变得更漂亮，更有气质！



Magician in the beauty industry

# 美丽魔法师

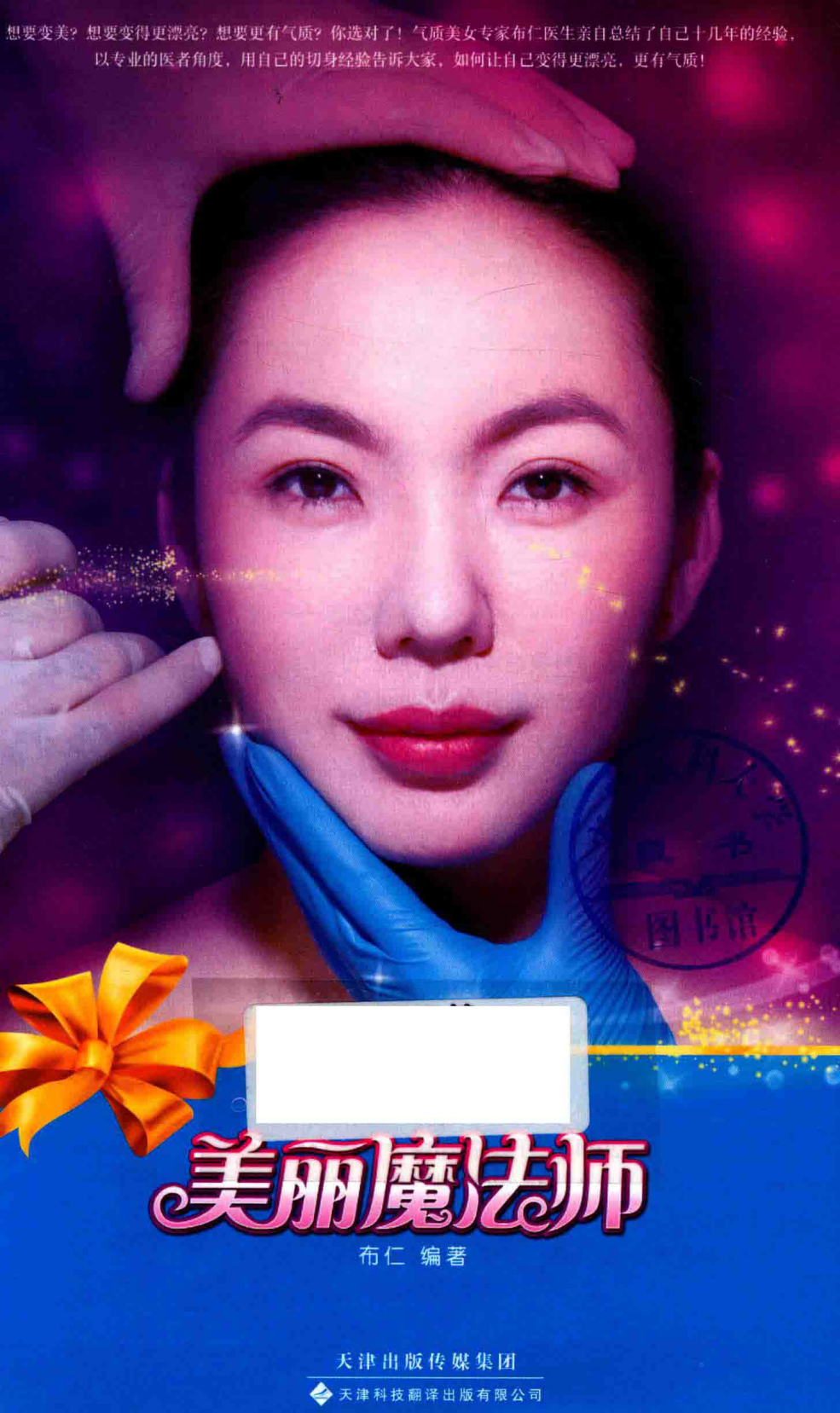
布仁 编著

本书综合讲述了面部美容的几大要点，如何避免出现的小问题，还以专家的角度，去理性看待市场上众多的整容整形的一些利弊。同时，本书中诸多的小技巧都值得大家尝试，相信会有惊喜哦！

天津出版传媒集团

天津科技翻译出版有限公司

想要变美？想要变得更漂亮？想要更有气质？你选对了！气质美女专家布仁医生亲自总结了自己十几年的经验，以专业的医者角度，用自己的切身经验告诉大家，如何让自己变得更漂亮，更有气质！



# 美丽魔法师

布仁 编著

天津出版传媒集团

天津科技翻译出版有限公司

图书在版编目(CIP)数据

美丽魔法师 / 布仁编著. -- 天津 : 天津科技翻译  
出版有限公司, 2014.5

ISBN 978-7-5433-3337-6

I. ①美… II. ①布… III. ①美容术—基本知识  
IV. ①R622

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第311097号

---

出 版: 天津科技翻译出版有限公司

地 址: 天津市南开区白堤路244号

出 版 人: 刘 庆

邮政编码: 300192

电 话: 022-87894896

传 真: 022-87895650

网 址: [www.tsttpc.com](http://www.tsttpc.com)

印 刷: 天津泰宇印务有限公司

发 行: 全国新华书店

版本记录: 880×1230mm 32开本

5印张 138千字

2014年5月第1版

2014年5月第1次印刷

定价: 30.00元

(如发现印装问题, 可与出版社调换)



# 目录

## 美丽魔法师

### Contents



#### 第一章

#### 美丽魔法变变变

|                   |    |
|-------------------|----|
| 面部黄金比例——三庭五眼····· | 2  |
| 眼部整形·····         | 6  |
| 整体眼部美学理念·····     | 6  |
| 让眼睛变得更美·····      | 9  |
| 眼型设计·····         | 14 |
| 卧蚕·····           | 18 |
| 影响眼睛美观的几大因素·····  | 25 |
| 泪沟·····           | 27 |
| 眼袋·····           | 30 |
| 眼部皱纹·····         | 35 |
| 眼睑下垂·····         | 41 |

|                        |    |
|------------------------|----|
| 鼻部整形·····              | 44 |
| 鼻部整体美学研究·····          | 44 |
| 鼻背·····                | 48 |
| 鼻翼·····                | 51 |
| 鼻尖·····                | 53 |
| 鼻小柱·····               | 57 |
| 鼻孔缩小术·····             | 59 |
| 唇部整形·····              | 61 |
| 美唇的标准·····             | 63 |
| 各种美丽唇形·····            | 64 |
| 唇珠·····                | 65 |
| 衰老的唇·····              | 66 |
| 注射丰唇·····              | 68 |
| 瘦脸·····                | 72 |
| 影响脸部美的因素·····          | 72 |
| 咬肌大——瘦脸针以及打瘦脸针的技巧····· | 75 |
| 脂肪多——吸脂·····           | 78 |
| 垫下巴——瘦脸的新方法·····       | 81 |



|                     |     |
|---------------------|-----|
| 我要漂亮我美白·····        | 86  |
| 不同肤质的美白方法·····      | 88  |
| 八大美容方案·····         | 91  |
| 终极美白·····           | 94  |
| 做个无斑小女人·····        | 97  |
| 色斑成了影响美白的第一大因素····· | 97  |
| 我的青春无痘印·····        | 104 |
| 青春痘的形成·····         | 104 |
| 祛痘有方·····           | 107 |
| 自制面膜祛痘不留痕·····      | 109 |
| 顽固性痘印祛除术·····       | 112 |
| 赶走讨厌小皱纹·····        | 115 |
| 皱纹那些事·····          | 115 |
| 皱纹的成因及注意方式·····     | 116 |
| 赶走皱纹，从现在开始·····     | 118 |
| 赶走眼部细纹“五步曲”·····    | 120 |



|                     |     |
|---------------------|-----|
| 推荐几种抗老化除皱粥·····     | 122 |
| 拒绝“国宝”黑眼圈·····      | 124 |
| 对症医治黑眼圈·····        | 125 |
| 几款让眼睛变得更加明亮的面膜····· | 129 |
| 急救！横空出世的黑眼圈·····    | 131 |
| 告别腋臭多汗症·····        | 133 |
| 生活中的例子·····         | 133 |
| 多汗症与腋臭·····         | 135 |
| 传统的除腋臭、多汗症方法·····   | 136 |
| 微创除腋臭、治疗多汗症·····    | 138 |
| 毛发种植技术·····         | 139 |

### 第三章 那些真实的案例

|                  |     |
|------------------|-----|
| 我最钟爱的医美法宝·····   | 142 |
| “虎狼”医生开双眼皮·····  | 146 |
| 韩国整容风险大、成本高····· | 149 |
| 小任的美丽之路·····     | 152 |

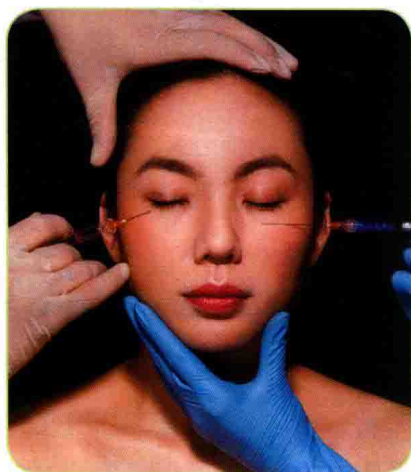
第

一

章

美丽魔法变变变

Mei Li Mo Fa Bian Bian Bian







## 面部黄金比例——三庭五眼

MIANBUHUANGJINBILI——SANTINGWUYAN

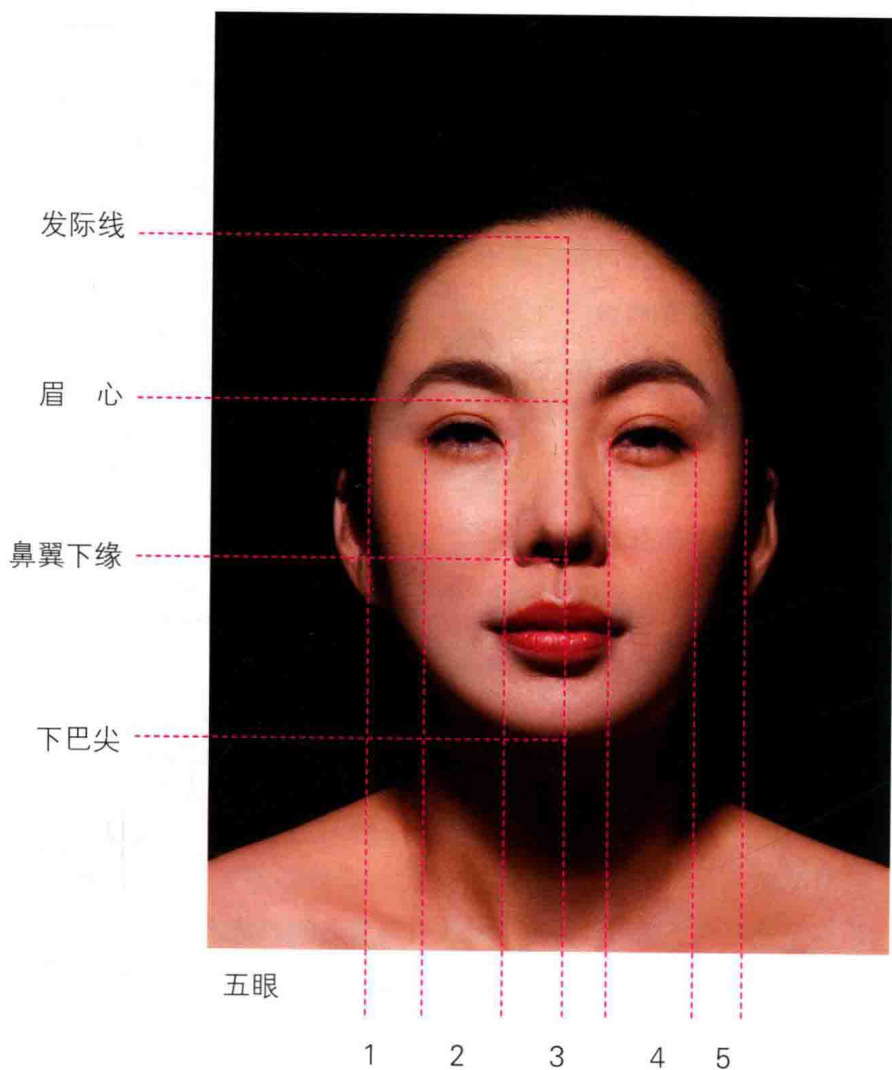


相信大家对三庭五眼这个词还是比较熟悉的。在面部美学设计中，最为重要的原则就是三庭五眼。但是，这往往是被爱美者最容易忽视的地方。纵观古今中外的美女，她们的五官都有不同的特征，面貌也各有千秋，但是无论有多么大的区别，总有一点是相同的，那就是三庭五眼。

根据不同国家对不同肤色最漂亮女艺人的脸型分析，国际美容整形外科学会结合电脑技术，合成了一组由各人种最具代表性的标准美女脸组成的世界美女。

其中，黑种人美女的鼻子是高高的、挺挺的，下巴是锥子形的；白种人美女眉宇之间的距离相对较短，眼睛有很强的立体感；从整体上来看，中国美女给人很舒服的感觉，很有亲和力；日本美女的脸型相对较圆，有些可爱；韩国美女的眼睛比较大……这些美女都来自不同的地方，虽然各方面都存在很大的差异，但是都有自己独特的魅力。她们最重要的共同点就是脸部的





黄金比例，即三庭五眼。

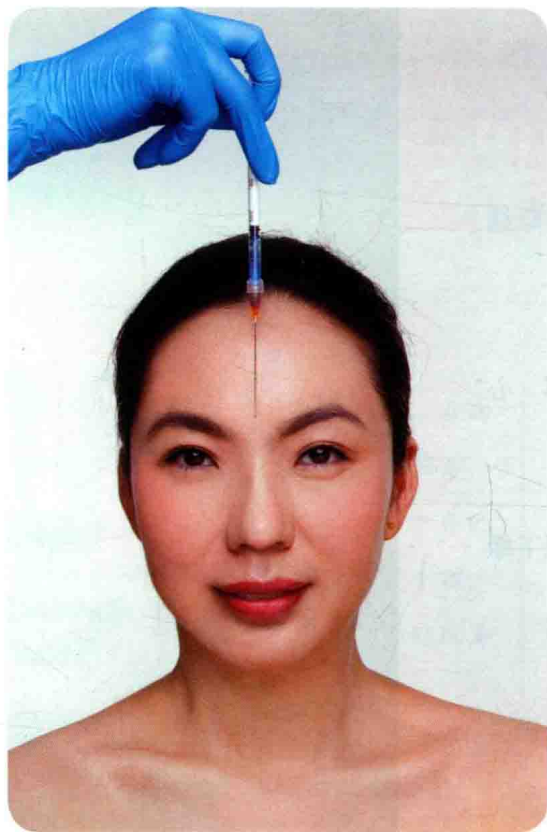
所谓三庭是专指脸的长度比例，如果把脸的长度平均分为三份，基本上是从前额发际线至眉骨，从眉骨至鼻底和从鼻底至下颏，因为这三部分所占的比例相当，所以被称为三庭；所谓五





眼就是指脸的宽度比例，以眼长为宽度分成五等分，从左侧发际至右侧发际，为五只眼睛。两只眼睛之间的间距是一只眼睛，两眼外侧到侧发际的间距也是一只眼睛。这些间距都是相等的。

**上庭：**也就是额头，在古书中，有人说：“天庭饱满吃官饭，地阁方圆掌大权”。这句



话的意思是说，额头较为宽广的人有富贵之相。从美学上来说，额头较宽、较为饱满的人，会给他人留下较为聪明的印象。如果额头过长，给他人的感觉是五官紧凑在一起，特别不舒服。如果额头过短，则让人感觉面部比例完全失调，即使是下巴也让人感觉特别厚重，所以整体上来说，给人感觉不舒服。

**中庭：**这里所说的中庭主要是指鼻子。在人的五官中，鼻子是最突出的部位，被人们认为是聚财的地方。一个人的壮年运势好坏主要是看鼻子。如果鼻子较为端正，鼻尖很丰满，说明这个



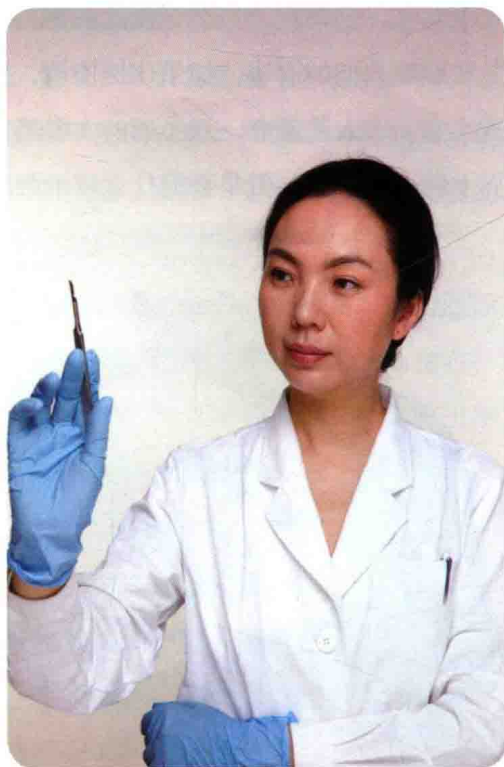


人为人善良正直，喜欢经营和理财。从美学上来说，如果鼻子较为俊俏，整个人就会显得有精神，如果鼻子过长，鼻型纤细，整个脸部就被拉长了，让他人感觉面部比较硬朗，缺乏柔和感。如果鼻子较短，则给人碌碌无为的感觉。

**下庭：**也就是下巴，最好是能够圆润和饱满。有些人觉得那些下巴较为圆润的人是非常容易相处的，所以收获美满的爱情也是非常可能的。如果下巴长，会显得人精明、清高，无法产生亲和力。如果下巴既短又缩，整个面部也不会好看到什么地步。

**五眼：**如果一个人的面部横向比例失调，就会让他人感觉两眼之间的距离特别不合适，过近给人贼眉鼠眼的感觉，过远又给人呆滞，傻里傻气的感觉。

不知你是否是一个爱美的人。不知爱美的你是否已经拿着镜子在看自己的脸型是否符合黄金比例。或许有的人在窃喜自己漂亮的大眼睛，有的人埋怨自己是单眼皮，但是这些都不重要，重要的是有方法可以让人的五官看起来更有魅力。





# 眼部整形

Yan Bu Zheng Xing



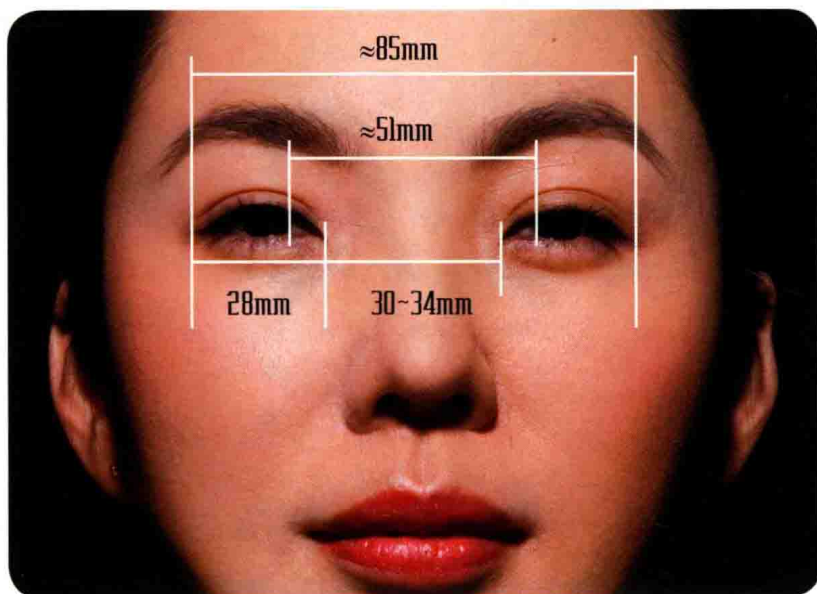
## 整体眼部美学理念



正是因为有了眼睛的存在，我们才能够获得光明，才能够看见世间的美好事物。当然，眼睛自身的外形和结构比例也不可避免地影响我们的面容，如果比例协调，那么整个人看起来就会漂亮大方。人人都想有一双美丽的大眼睛，也希望自己的眼睛是世界上独一无二的，但是到底什么样的眼睛才最有魅力呢？这或许







没有一个什么具体的标准。但是，从日常生活中，我们评判一个人眼睛美不美的时候也会遵循一定的标准，即眼睛与脸型和其他五官有匀称的比例，就能产生美感。如果一定要说出具体标准的话，大概如下：

两内眼角间距为两外眼角间距的三分之一；两外眼角与颜面侧缘间距离约为19~24mm，上睑缘与眉毛间距离为10mm左右；睑裂上下径为10~12.5mm，睑裂左右径为30~34mm，角膜露出率为80%；角膜直径为12~13.6mm，内眼角睑裂角为 $48^{\circ}$ ~ $55^{\circ}$ ；外眼角睑裂角为 $60^{\circ}$ ~ $70^{\circ}$ 。达到这个标准的眼睛应是最美的。

的确，美丽的眼睛不是仅仅用这些数据就可以表达的。那些漂亮的眼睛应该是各个细节相互协调并组合而成。其实，眼睛的任何一个部分都可以成为一个人的亮点之处，如睫毛、眉型、卧蚕……这些都是美丽的眼睛所必备的。



**睫毛：**有魅力的眼睛一般都会有细长、弯曲、乌黑、闪动而富有活力的睫毛，这种睫毛的存在会提升一个人的整体容貌。睫毛排列呈半弧形可衬托显示眼睛的轮廓，这样就会让眼睛变得更加炯炯有神。另外，上睑睫毛比下睑睫毛长且密。通常，女性在化妆的时候都会让上睑睫毛变得黑亮，并微微上翘。

**眉型：**眉毛的外形影响着面部整体的感觉。眉眼间距应当是一只半手指距离。如果两眼的眉间距过窄，可以通过提眉毛来解决，如果过宽，则可以通过双眼皮开眼角来改善。随着年龄的增长，那些年纪相对较大的人，眉毛总是向下的，为了提神，除了修眉之外，还可以通过提眉来解决。

**卧蚕：**卧蚕的说法产生于中国，它是形容紧邻睫毛下缘一条约4~7mm带状隆起物，当然也是非常贴切的。卧蚕的存在使人的笑变得更明显，也把整个眼神凸显出来了。





## 让眼睛变得更美

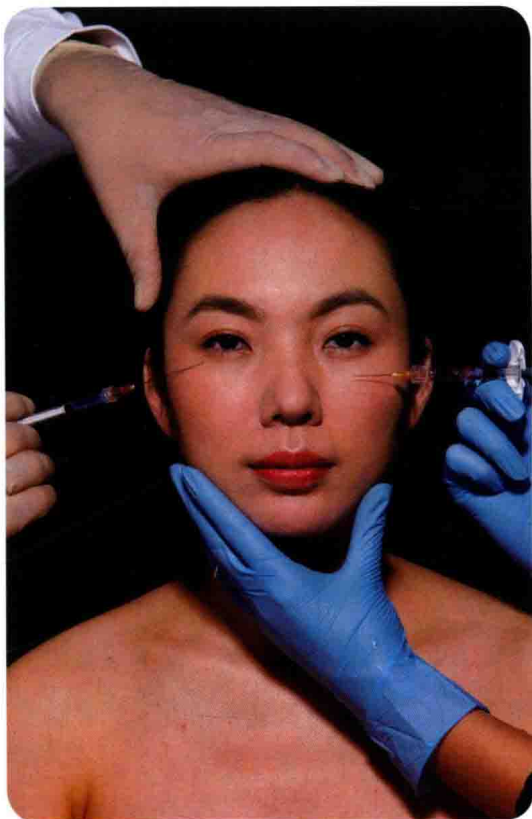


在前面我们已经谈到眼部的整体美学和各种漂亮的眼形，那么，如果想把眼睛变得更美，应当如何做呢？究竟改善哪些地方可以给眼睛加分呢？

### ※ 双眼皮大眼睛

俗话说“眼睛是心灵的窗户”，一个人内心的想法可以通过眼睛表现出来。如果一个人有一双水汪汪的眼睛，加上双眼皮，一定会吸引很多人的。很多时候，有些男人就是被女人的眼睛所迷住的，看到含情脉脉的双眼，他们早已经无法自拔。所以，拥





有一双美丽的眼睛可以让女人的魅力增加不少。

然而，并不是每个人天生就有这种有魅力的眼睛。很多人的眼睛都或多或少地存在一些问题，如眼袋水肿、单眼皮、眼角下垂……这些问题的存在使我们忧心忡忡，但是却想不出办法来解决。其实，在现代社会中，随着整形外科技术的发展，

想要拥有一双漂亮迷人的眼睛已经不是难题，你可以做一个小小的双眼皮手术，相信手术过后，拥有迷人的大眼睛就会成为现实。

双眼皮手术也被称为重睑术，俗称双眼皮成形术，它在整形美容外科上是非常常见的。通常来说，双眼皮从视觉上增大了眼的轮廓，使眼睛的立体感也有了很大的提升，所以整个眼睛看起来是比较大的，如果眼睫毛再往上翘，整个人的感觉是生动活泼的。然而，单眼皮眼皮较厚，睫毛下垂，所以整体看来，眼睛是非常小的，目光也无神，所以让当事人感到特别困扰。