

健康专家说:“血型是体质和气质的总和”——所以,别纳闷自己为什么会成为怎么减也瘦不了的胖妞,或者感觉总比别人更容易衰老、更容易被晒出色斑,其实这些问题都和你的血型有着密切的关系!而不同的性格特征又反过来影响着你的保养方式,本期《品尚》的时尚小分队就将帮你破译你的血型密码,告诉你跟着血型变美丽的必学秘笈。

# 破译血型魅力密码

## You Are Bloody Pretty

### A型血外貌档案:

- ★大都是鸭蛋形及瓜子形的脸
- ★缺乏表情,常常显得过于严肃
- ★皮肤大都细白

### A型血美丽必读:

- ★打造“幸福感”脸庞
- ★淡斑+均匀肤色

### A型血健康密码:

因为最早属于稳定的农牧民族,所以需要规律的生活和清淡偏素的饮食,所有肉类都不太合适,吃谷类食物一定没错!比其他入更需要大量的水果和蔬菜。

### A型血美容雷区:

- 喜欢的产品一直使用下去,错过尝试新品的机会。
- 任何时候都有护肤品及彩妆品的存货,很容易有过期产品。
- 长时间喜欢同一发型,形象总是一成不变。

### 明星示范:张韶涵

张韶涵属于典型的A型血,虽然脸型很漂亮,但是缺乏“喜感”,因此通过娃娃效果的眼妆,营造出柔和的可爱形象,增加亲切感。

### A型血美人看这里!

Skin care——不会冒险的性格,适合持续基本的护理

既然接受变化需要一定时间,而且很难挑战新事物,那就试试经典品牌的长久畅销美容品吧!撇开美容师为你开的什么抗衰老美容疗程还是美白亮肤疗程吧,不如坚持做好基础性保养。

卸妆素颜——实用卸妆乳后再用洁面产品清洁一次,涂抹化妆品时,用化妆棉来擦拭也是一种清洁的途径。

持久保湿——比别人使用多两倍的化妆水,洗脸时间比其他人更长一些。同时在使用产品时,多用化妆棉来均匀涂抹。

全面防晒——内外共同作用。除了记得涂抹防晒产品外,还需要加筑身体内在防线,最好口服补充胶原蛋白。

Make up——营造温柔的亲和力

A型血有遵守秩序、规则,希望安定和平的倾向。具有很好协调性的同时,十分认真、勤奋,但可能因为过于慎重,也有不擅长随机应变的一面。从外表上看,常常也显得过于严肃而缺乏亲切感,所以此时的关键就是用彩妆造型,来增加你的亲和力。

完善眉形。假如眉峰的锐角过于明显,眼睛就会显出厉害、刻薄的形象,所以要同时改变眉毛的颜色和形状,这样可以使表情看上去更加柔和。没有明显眉峰的弯眉甚至平眉都是不错的选择,最后刷上一层咖啡色眉粉也十分必要。

柔和腮红。倾斜度过大的腮红太过锋利,应该在颧骨最高处轻刷出圆形后,向着太阳穴略微伸展出椭圆形,不但可以让脸型更加完美,还可以让整个人变得可爱。

调和眼妆。用淡色珍珠光泽来调和统一,强调眼睛的明亮度,符合A型美人稳重的个性。甜美韵味的彩色眼线配合光芒璀璨的眼影,比起黑色眼线要柔美得多。

- 1.HR 赫莲娜 极致之美修护精华液 RMB2280/40ml
- 2.LA MER 海蓝之谜身体晶钻焕肤霜 RMB1200/200ml
- 3.Clinique 倩碧深层水嫩保湿润肤霜 RMB450/50ml

### B型血外貌档案:

- ★下巴大都是四方形,脸型端庄
- ★长眼睛为其主要特征
- ★因为贪吃,常常遭遇毛孔和痘痘问题

### B型血美丽必读:

- ★用发型让脸型更完美
- ★“电眼”娃娃速成法
- ★调理肠胃的祛痘法则

### B型血健康密码:

起源于四处游牧,所以体质多变,B型人不可或缺的健康源泉是既能强力助消化,又能调整体内能量的乳制品。

### B型血美容雷区:

- 热衷研究和发现各种美容秘笈,经常导致过度保养。
- 没有毅力,所以常常看不到保养成效。
- 最容易出现松弛和衰老

### 明星示范:张柏芝

一向率性的张柏芝是典型的B型血美人,化妆时总是眼角微微上挑,显得十分妩媚。

### B型血美人看这里!

Skin care——谨防皮肤敏感 B型血通常不太有毅力,自我想法过多,不擅长需要坚持且复杂的护理方法,但却很喜欢追求个性的美容方式。累的时候可能卸妆就睡了,这样大意容易致更大的肌肤问题。最少请先洗个脸。

以按压的手法来安抚肌肤 当肌肤非常敏感时,首先要使肌肤镇静下来。干燥会使肌肤敏感状况更加恶化,使用优质的补水型化妆水来安抚肌肤,才是B型美人最适合做的美容护理步骤。

Step1.将撕开的化妆棉蘸足化妆水后,贴于整个面部,然后再在上面均匀喷洒水雾,以保证肌肤的充分湿润,保持10分钟。

Step2.揭去化妆棉,在没有涂抹任何护肤品的状态下用整个手掌进行按压按摩。脸颊处从面部中心向外轻柔地按压。

Step3.以双手交错缓缓按压下巴和额头,注意不要摩擦,而是轻柔地加压按摩,将整脸均匀按摩完毕后结束。

Make up——修饰脸型最重要

B型血的你也许更需要修饰自己的脸型,你可以通过调整发型,发型最容易修饰脸型。短发可以选择波波头,长发可以尝试发卷中的卷发,因为优雅的公主卷能让脸部线条趋于柔和。

修饰面容方面,眉毛不采用一般的从嘴角到眼尾的延长线的长度来描画眉毛,稍短一些才有缩小脸庞的效果,过长会让脸部看起来较宽,眼睛也会显小;眼妆要坚持粗黑眼线,外眼角的上下眼线可以连接闭合,但不要紧贴眼角,还要稍加拉长,这样就不会框住眼睛而显得眼睛变小了。

最后一定要注意遮挡瑕疵,平日做好护肤,选择优质的底妆产品,隐藏毛孔和痘痘。

- 1.SK-II 护肤精华露(神仙水) RMB840/150ml
- 2.FANCL 亮白补湿喷雾 新品未定价
- 3.Sisley 希思黎抗皱活肤眼唇霜 RMB1200/15ml

### O型血外貌档案:

- ★眉清目秀,五官清晰
- ★表情非常丰富
- ★皮肤颜色偏黑

### O型血美丽必读:

- ★克服表情纹
- ★全面美白

### O型血健康密码:

据说是世界上人数最多出现最早的血型,拥有强大的力量 and 生命力。最大的健康隐患在于甲状腺活动不“安定”,代谢也不很顺利。可以吃富含碘的鲑鱼来调整。

### O型血美容雷区:

- 太注重保养品的“即效性”,往往不能坚持长效的周期保养。

- 容易被美食诱惑,易发胖。
- 因怕麻烦,保养偷工减料,最后感叹自己皮肤问题多。

### 明星示范:梁咏琪

轮廓清晰的脸庞,白皙的面容成就了一代玉女,位置偏高的腮红可以提升脸部轮廓,看起来显得更加年轻。

### O型血美人看这里!

Skin care——密集保养为年轻加分

由于比较大大咧咧,不在意细节,对O型血美人来说,具有多重功效的美容品是最适合的,如果不能马上感觉到效果,O型血美人总会不满足,所以推荐短时间集中使用的密集型护肤品。

按摩手法最有效 日本美容教主高藤薰认为“双手是肌肤最好的保养品”,因此使用密集保养品前先按摩,就能让“松好土”的肌肤吸收更多的密集保养成分。

Step1.用指腹从太阳穴按至耳前,以画圈的方式往太阳穴按摩,额头也同样由眉心往太阳穴按去。

Step2.将虎口打开90度,用食指侧面从法令纹处往太阳穴轻推。

Step3.从太阳穴往太阳穴移动,再绕过下眼皮慢慢移动,画圈大约四五次。

Step4.从太阳穴移动到耳朵,再绕过后耳,延伸至脖子及两侧锁骨,动作完成。重复四五次。

Make up——调整细节制胜 个性大大咧咧的O型血美人,可能对日常彩妆也不够上心。虽然一白遮三丑,但还是请放弃白暂的底妆吧。选择一些偏暗粉底,将自己伪装成人见人爱的拥有蜜糖色肌肤的混血儿。因为白暂底妆会让脸庞过于白暂而显得不自然,脸色不好的话,现代感再强的彩妆也会黯然失色,表情老成。

涂抹唇彩时,如果和靠近内侧的唇线不连接到嘴角,很容易给人吊嘴角的印象,把唇膏整洁地画到嘴角,会让你张嘴时显得更漂亮。

当然你也需要修饰表情纹。选择比肤色略浅的遮瑕品,用手指按压均匀,借用化妆棉再沿着表情纹方向推一次,这样表情纹与底妆才能完美结合。

- 1.兰蔻精华肌底液(小黑瓶) RMB780/30ml
- 2.薇姿温泉矿物保湿霜(清爽型/滋润型) RMB188/50ml
- 3.薇姿温泉矿物润眼凝露 RMB238/15ml

### AB型血外貌档案:

- ★脸型小而精致
- ★眼睛和嘴巴稍显偏大
- ★表情会比较严肃

### AB型血美丽必读:

- ★“温度感”彩妆提升面部温暖度
- ★面部轮廓修饰凸显立体感
- ★发型改变亲和力

### AB型血健康密码:

有着A型和B型两种血型的特质,最需要注意的地方就在于均衡摄取饮食,堆积的压力使舒压比饮食更关键。

### AB型血美容雷区:

- 去健身房是“三分钟热度”,所以减肥最容易反弹。
- 因常常积压压力而导致爆痘
- 完美主义者,对美的过于追求常常导致“过犹不及”的尴尬。

### 明星示范:舒淇

典型的“大嘴美女”,但也就是突出了这一特征变成了性感标签。

### AB型血美人看这里!

Skin care——最新美容方法,提升美的气场。

容易例行思考事物的AB型血美人,在美容方面也注重合理性,有着尽量节约,喜欢高效美容品或美容方法的倾向。一些好玩的美容工具,比如瘦脸棒、美容仪等,会让你觉得有趣又有效,在使用过程中释放自己紧张情绪,让你感到爱不释手。

Make up——打造幸福感脸庞 拥有小而精致脸型的AB型血美人,如果不尝试芭比造型,真的会很可惜,如果你关注国际T台,你会发现当季最红的模特中有很多都是有着一张如塑料娃娃般的脸。

发型上,芭蕾发髻、团子头、利落的短发都是不错的选择。

彩妆上,幸福妆容的重点是面部的立体光泽,使用稍微带些阴影感觉的橘黄色在脸部侧面作底边,向内侧细腻描绘出三角形,同时在额头、下颌侧面也涂匀,然后用健康的粉色遮光产品轻轻涂抹在面颊最高位置靠内侧的部位,并蓬松涂至椭圆形;修饰眼睛和嘴巴偏大的问题,只要别刻意强调着两个部位就好,烟熏妆、烈焰红唇都绝对不适合你。

- 1.美丽芳丝保湿修护化妆水 滋润型 RMB180/130ml
- 2.植村秀深海养护保湿精华凝露 RMB495/30ml
- 3.AUPRES 欧珀莱倍护防晒隔离液 SPF30+ PA+++ RMB160/60ml

