

# 短款小外套的经典搭配



蝙蝠袖的豹纹短外套，版型的独特冲淡了豹纹的狂野和奢华，多了小女人的可爱气质。

秋季天气渐凉，短款小外套得以大显身手。与超长款式相比，轻巧干练的短款设计更能从容应对换季时变幻莫测的天气，搭配时也更易出彩。今秋短款小外套色彩丰富，材质上的多元化也为爱美女士提供了更多选择。

热辣流

阿芳美甲特约  
地址：世纪华阳143商铺  
万达广场对面  
电话：64155688  
网址：www.afangmeijia.com



黑色小洋装十分优雅，但穿起来难免会觉得单调。搭配一件黑色小外套，在增加层次感的同时，还显得有点酷酷的。



棉布材质的休闲风短外套看起来实在是不起眼，但搭配碎花衬衫和牛仔裤，你嗅到那种不屑一顾的“文艺范”了吗？



皮革仍旧是今年的流行元素。一件褐红色的机车款皮衣，短款设计，搭配铅笔裤、黑皮鞋，充满浓烈的摇滚风。如果不想太招摇，可以搭一条土黄色的围巾，这样就不会显得很叛逆，而是尽显明星气质。



色彩饱和度很高的单品并不局限于阳光灿烂的夏季，萧瑟的秋天更需要明亮的色彩。一件亮蓝色的外套，搭配粉色高腰裤，带点复古的味道，一下子就让你成为人群中的焦点。

## 头发 de 秋季保卫战



身体有了什么疾病。当然，如果每天早上起床时，你都会发现枕头上有很多头发，每次梳头时头发脱落得也比较严重，那就要引起注意了。

除了季节因素，压力等负面情绪也是导致掉头发的原因。下面这些方法简单易行，如果最近你感觉头发掉得比较多，不妨试一试。

换把梳子很重要。如果你平时使用的是塑料梳子，建议你换一把木梳子，木梳子静电小，会减少对头发的损害。

多梳头不如多按摩。人们常说要多梳头，其实应该是多按摩头部的穴位，促进血液循环，使头发健康生长。

勤洗头但不是天天洗。有些人喜欢天天洗头，觉得这样更卫生，其实这样做是错误的。每天洗头会导致头发变得粗糙、干燥，因为洗头过勤会把皮脂腺分泌的油脂彻底洗掉，使头皮和头发失去天然的保护膜，破坏头发的生长环境。

一般来说，两三天洗一次头就可以了。

多吃对头发有营养的食物。营养不均衡或营养不足都容易导致脱发，充足而均衡的营养是头皮与头发健康的基本条件。如果想拥有健康的头发，最好多吃蛋白质含量高的鱼、牛奶、豆制品，多吃胡萝卜、杏仁、核桃等富含维生素A的食物，多吃黑豆、黑米、黑枣、黑芝麻等富含矿物质的食物。

(小丘)



## 背部吸脂 小心护理

丰满、肥胖的背部会被收紧的胸罩带子勒出轮廓分明的凸起，穿紧身的衣服时难免令人难堪，还会让人显得比实际年龄苍老，因此，背部吸脂减脂术已成为人们美体的主要方法之一。

据吸脂整形专家介绍，正常情况下，人体背部的皮下脂肪薄而均匀，能显出背部组织的轮廓，只有在肥胖时才表现出臃肿和过于平坦。背部中央为脊椎骨的棘突，两侧为强有力的骶棘肌，再向外侧就是由肋骨和肩胛骨组成的背部平面了。做了背部吸脂手术以后，应该怎么护理呢？让我们听听吸脂整形专家的说法吧。

背部吸脂手术后护理事项：

做背部吸脂减脂手术后，要立刻穿上弹性紧身衣或缠上弹性绷带，坚持3至6个月。

做背部吸脂减脂手术后一周内，需要良好的休息。

有些人做完手术后，当天包扎的敷料会被渗液浸透，这时可在局部垫一些吸水性物品，浸湿的敷料无须更换。

吸脂减脂术后第三天，包扎敷料即可去除。

背部吸脂手术部位的皮肤如果出现干燥的情况，患者可涂护肤膏。

皮肤皱褶处若出现凹凸不平现象，可经常按摩患处，这样能使吸脂后的肌肉均匀、皮肤平滑，半年后皮肤就会变得平整。

(田田)



美人计

洛阳毛大夫  
医疗美容门诊特约  
八一路南端供电局正对面  
电话：63319977 61651051  
www.maodaifu.cn