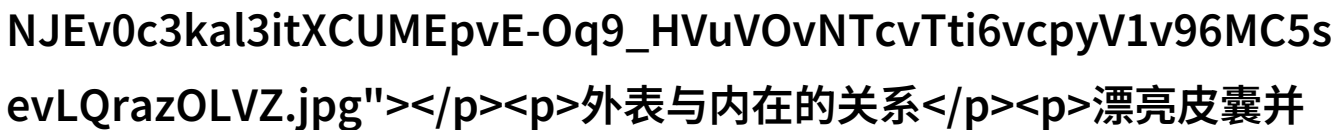


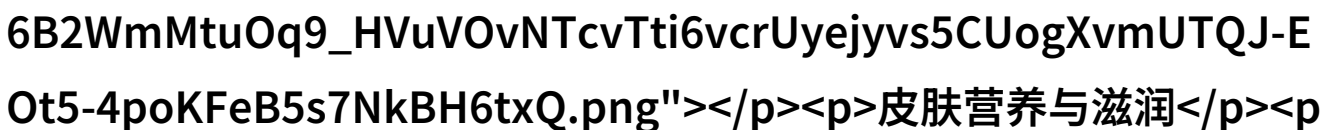
美貌背后揭秘漂亮皮囊的秘密

美貌背后：揭秘漂亮皮囊的秘密



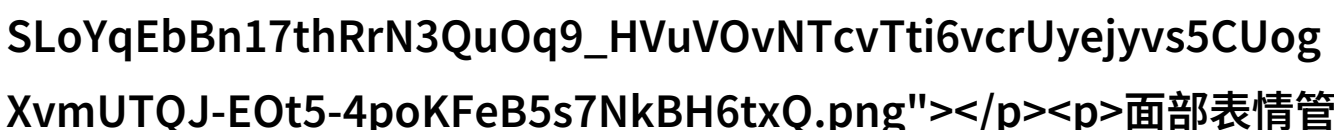
外表与内在的关系

漂亮皮囊并非仅仅是外表的体现，它反映了一个人的整体健康状况和生活习惯。一个人的肤质、面部线条等都是由遗传、饮食、睡眠质量和日常护理等多种因素共同影响。



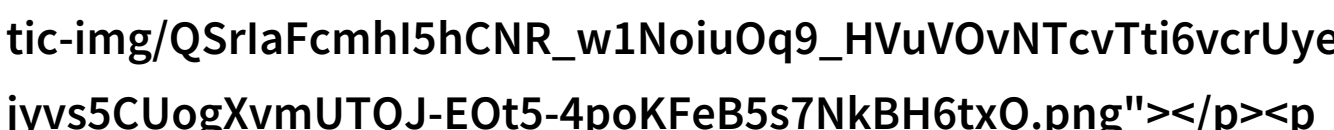
皮肤营养与滋润

为了保持完美的外观，人们往往注重对皮肤进行营养补给和滋润保湿。这涉及到日常饮食中的营养摄入，以及使用适合自己肌肤类型的护肤品来锁住水分，减少细纹和皱褶。



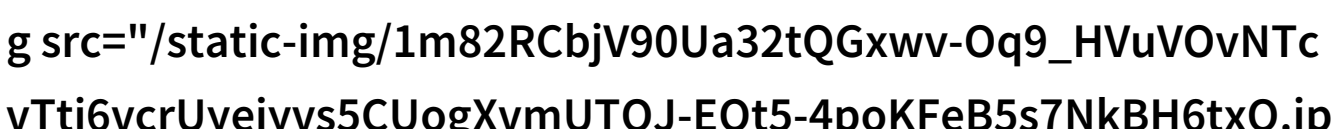
面部表情管理

一张漂亮的脸孔不仅要有良好的基础状态，还需要通过正确运用面部表情来增添魅力。学会如何自然地笑容满面，也能显得更加迷人，同时也能够展现出一种积极向上的个性。



生活方式与健康

健康而又充实的人生态度，是维持一张好脸色的关键。定期锻炼，可以促进血液循环，有助于让脸色红润；同时，均衡饮食也能为身体提供必要营养，从而支持皮肤健康。



心态与微笑

笑容是一种无形的手段，让人看上去更加年轻动感。而且，一颗开朗的心情也是保持美丽的一部分，因为它能够释放幸福感，为周围的人带来正面的能量，从而形成一种良好的社交氛围。

时尚搭配与自信展示

穿着得体，不仅可以提

升整个人造型，更是让人显得更加吸引人。在穿衣搭配时，要根据自己的身材特点选择合适衣服，同时自信地展示自己的风采，这样才能真正把握住“漂亮”的感觉。