

# Красота глаз

Сегодня еще одна тема с большим потенциалом для улучшения. Как вы уже заметили, многие аспекты красоты остаются скрыты от нас, не смотря на то, что бессознательно мы продолжаем их воспринимать. Большинство фишек для привлекательности глаз простые и доступны каждому, и вы удивитесь, как многое вы не делали просто потому что не знали, что это важно.

Итак, начнем с основных характеристик глаз:

**Цвет радужки глаза** это первое, что приходит на ум, когда мы думаем о глазах. Но исследования показывают, что привлекательность голубого или серого цвета глаз это миф. В реальности же любой цвет глаз привлекателен, если не смотрится на лице инородно. В окрасе самой радужки **важна контрастность и яркость края радужки**, внешнего ее кольца. На фото афганской девушки, которое вы наверняка много раз видели, две трети очарования глаз в этом эффекте яркости. Привлекательно, потому что это признак молодости, ободок радужки бледнеет с возрастом. Такого результата легко добиться с помощью контактных линз, многие из них выглядят натурально и не меняют цвет глаз, так как пигмент находится только на ободке. С помощью контактных линз можно увеличить и сам размер радужки, что является детской чертой и придает взгляду более милый вид.



**Цвет склер** один из самых значимых факторов, важнее цвета глаз. Более темный, желтый или красный оттенок склер говорит о болезни или о почтенном возрасте. Особенно цвет

склер важен для девушек, так как их склеры в среднем [белее](#). Покраснение обычно появляется из-за сухости или ношения контактных линз. И не лишним будет под рукой держать Нафазолин или другие капли, помогающие снять покраснение глаз. Легкая желтизна склер появляется с возрастом и ее тяжело исправить, но иногда она появляется если желчный пузырь и желчные протоки не функционируют как надо.



**Fig. 1** Representative stimulus images of a young adult female. Sclera were either unmodified (*top left*), reddened (*top right*), yellowed (*bottom left*), or whitened (*bottom right*). Digitally colored images (*red, yellow, or white*) were contrasted with unmodified control images



*Figure 3.* An example trial from the forced choice task, in the  $L^*$ ,  $a^*$ , and  $b^*$  conditions (i.e., all three color channels have been manipulated). The left image shows a face in which the sclera have been made brighter, greener, and bluer (i.e., the  $L^*$  value of the sclera has been increased, whereas the  $a^*$  and  $b^*$  values have been decreased); the right image shows a face in which the sclera have been made darker, redder, and yellower (i.e., the  $L^*$  value of the sclera has been decreased, whereas the  $a^*$  and  $b^*$  values have been increased). The individual whose face appears here gave consent for her likeness to be published in this article.



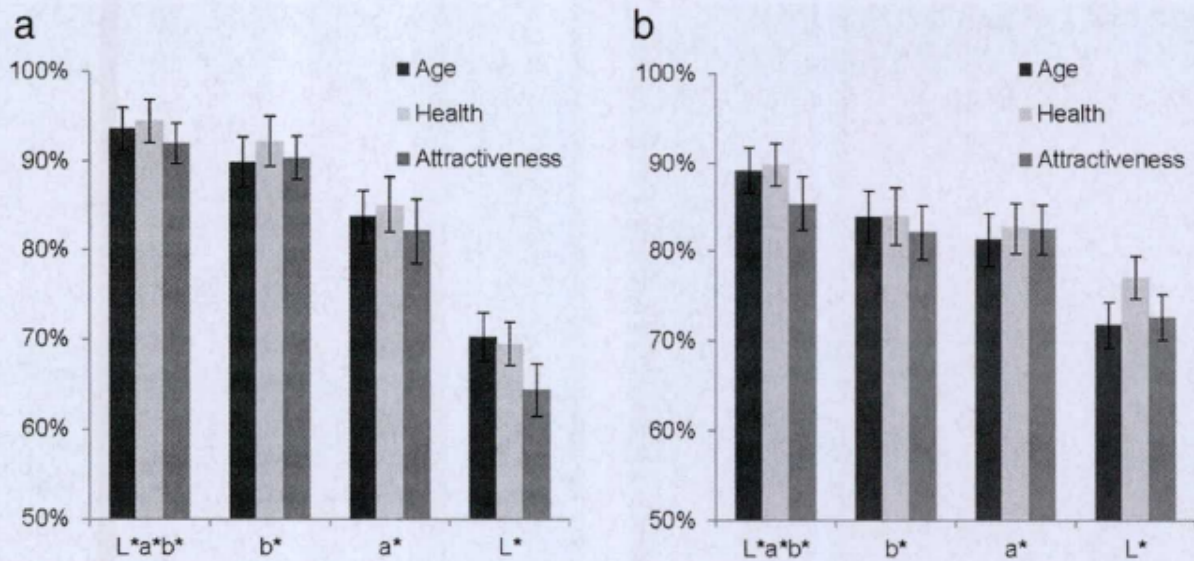
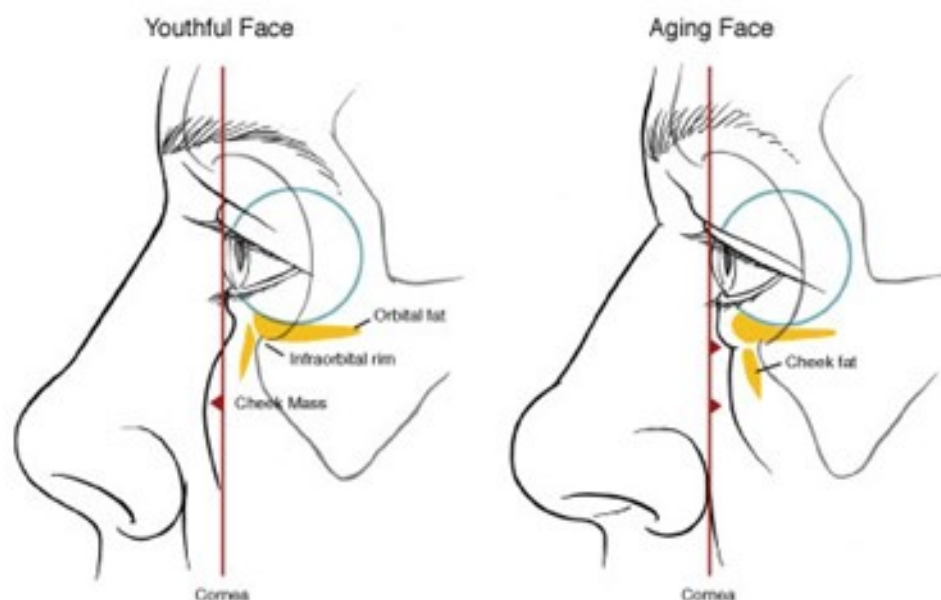
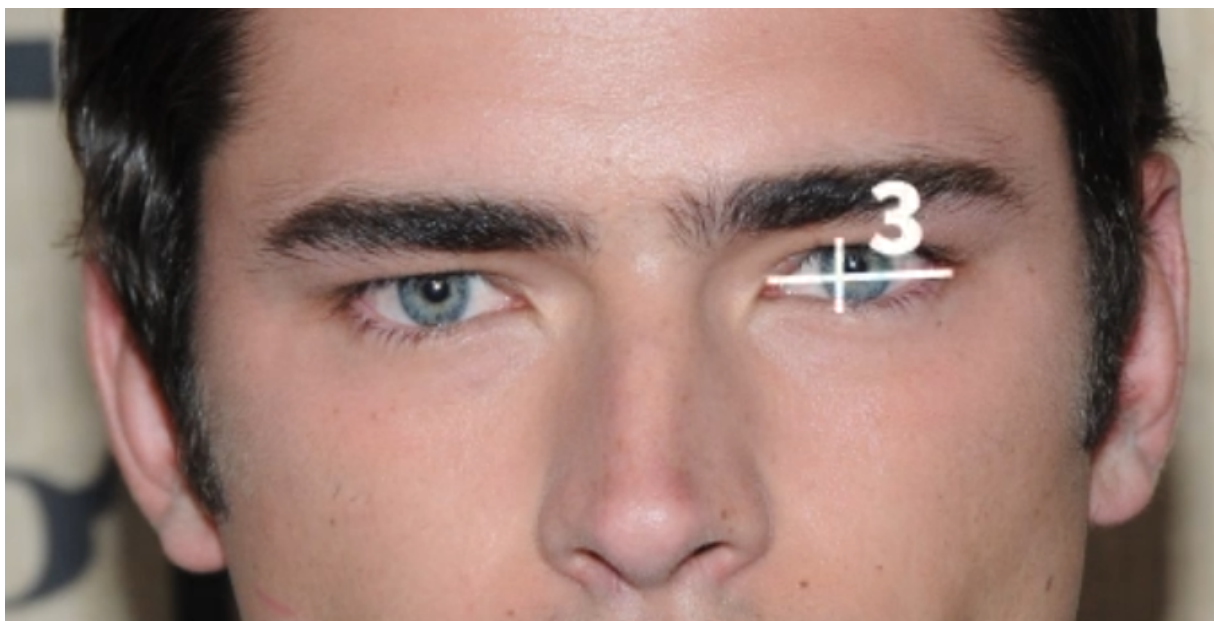


Figure 4. The percentage of trials for which the version of the face judged to be younger, healthier, or more attractive was the one with lighter, greener, or bluer sclera. Chance performance is 50%. Error bars show standard error of the mean: (a) the left shows the results from Study 2a, with young adult participants; (b) the right shows the results from Study 2b with middle-aged participants.

**Ресницы оказались важны** в только для привлекательности женщин. В любом возрасте, более густые, длинные и темные ресницы добавляли привлекательности. Что интересно, обычно что-то более привлекательное коррелирует с молодостью, но с ресницами не было такого эффекта. Они влияют исключительно на составляющую полового диморфизма, т.е. делают девушек более феминными. Идеальная длина ресниц 0.25-0.4 от ширины глаза (примерно треть). Как сделать ресницы длиннее? Специальные сыворотки и масла. Также существуют процедуры ламинирования или наращивания ресниц, или же можно просто обойтись тушью. Макияж глаз в среднем **увеличивает размер глаз** на 5-10%.



В целом, **почти все, что касается красоты формы глаз, можно свести к молодости.** Возможно, поэтому глаза детей и подростков нам кажутся особенно очаровательными. Размер и форма глаза будут меняться с возрастом в худшую сторону и нужно с этим бороться в меру сил. Но есть и **некоторые тренды, различающиеся для полов.** Для мужчин считаются более привлекательными глубоко посаженные глаза, когда верхнее веко видно минимально, и под радужкой глаза видно меньше склеры. Глаз более вытянутый, высота является  $\frac{1}{3}$  длины глаза. Для женщин же, более округлость или вытянутость формы глаза не оказывала большого влияния, но увеличенный размер глаз показал прирост к привлекательности почти для всех культур. С этим мужчинам не так легко что-то сделать, но стоит взять на заметку, когда контролируете мимику, выражение глаз, положение головы. Наклоненная голова вперед, например, визуально делает взгляд более маскулинным и изменяет раскосость глаз в более привлекательную сторону. Во всяком случае, на фотографиях.



Улыбка после 25 лет делает человека на 1-3 года старше из-за морщинок под глазами, и этого довольно легко избежать, подобрав хороший уход, делая массаж и пользуясь солнцезащитными очками. Расслабляющие пептиды **лучше всего работают** как раз на этой области лица. Ботокс не рекомендуется, потому что улыбка будет выглядеть менее искренней, оно того не стоит)

Темные круги/мешки под глазами также **особенно сильно влияют** на привлекательность этой области, и с ними бороться немного сложнее. В основном, потому что причин у этих дефектов может быть несколько. Чаще всего причина в напряженности круговой мышцы глаза, что мешает кровообращению или оттоку лимфы в этой области. Массаж терапия выбора тут, но сыворотки с ниацинамидом и кофеином, а так же простая физическая активность, разгоняющая кровь, поможет устранить большую часть проявлений этих дефектов. Иногда синева под глазами признак анемии, или того, что человек совсем не гуляет на свежем воздухе, в таком случае устраняем причину. В случае слишком тонкой кожи под веками, единственное (кроме консиллера :), что по моим наблюдениям помогает

сверх базовых рекомендаций, это прием венотоников, например диосмина (БАД). Массаж, помогающий в борьбе с мешками под глазами, можно посмотреть на [этом канале](#). Пожалуйста, обратите внимание, что причина мешков под глазами может быть также из-за нарушений в работе эндокринной системы или почек. Гипофункция щитовидной железы распространенная патология в наши дни.

---

Revision #1

Created 29 April 2024 12:48:34 by fox\_box (Юлия)

Updated 29 April 2024 12:57:15 by fox\_box (Юлия)