

Содержание

Предисловие	9
Часть I. Кожа лица — карта вашего организма	12
Бледная кожа	13
Желтоватый оттенок кожи	14
Красный цвет кожи лица	15
Периодические покраснения кожи лица	16
Сине-красный цвет кожи лица	18
Серое отекшее лицо	21
Сухая с белыми пятнами кожа	23
Шелковистая кожа	23
Сухая и шероховатая кожа	25
Холодная и влажная кожа	26
Сморщенная кожа	27
Кожа в прожилках, расширение вен	28
Пигментные пятна коричневого цвета на щеках	28
Белые пятна на коже	30
Расширение сосудов на коже вокруг рта	30
Коричневые пятна у корней волос	32
Прыщи и угри по всей коже	33
Высыпания на выступающей части подбородка	34
Угри на висках	35
Угри в Т-образной зоне (лоб, нос, верхняя губа и подбородок)	36

4 ••• Узнай о своем здоровье по лицу

Побледнение отдельных участков носа, бледные крылья носа	37
Бледность кожи носа и участков вокруг него	38
На коже вокруг носа видны кровеносные сосуды	39
Белый кончик носа.	41
Красновато-синий кончик носа	42
Красные уши	43
Пунцовые уши	44
Синюшные уши	45
Коричневая кожа около ушей	47
Бледная кожа ушей	48
Складки между носом и ртом с обеих сторон	49
Удлиненная носогубная складка с обеих сторон.	50
Резкая вертикальная складка от скул до подбородка.	52
Набухшая складка между носом и губами.	53
Межбровная складка	55
Поперечная складка на подбородке	56
Мешки на скулах	57
Часть II. Читаем по глазам	59
Мутные глаза	59
Красные глаза	61
Желтый цвет склер	63
Перламутровый цвет склер	64
Белое кольцо вокруг радужной оболочки глаз.	65
Постоянно блестящие глаза	66
Запавшие глаза	67
Матовый взгляд	68
Беспокойные движения глаз	70

Немигающий взгляд, направленный как бы сквозь собеседника	71
Широкие складки на веках	74
Узкие складки на веках	74
Припухлость верхнего века	76
Отвислое верхнее веко, раздвоенная складка на нем	78
Мешки под глазами	79
Припухлость нижнего века	80
Припухлость нижнего века имеет серо-зеленую окраску.	82
Припухлость имеет восковой оттенок	84
Пигментация нижнего века	84
Мешки под глазами	85
Желтоватые или коричневые круги под глазами	88
Синеватая окраска кожи вокруг глаз.	89
Разноцветные глаза (например, голубой и карий)	90
Подергивание глаз	90
Очень длинные и пушистые ресницы.	93
Выпадение ресниц	93
Линия бровей опущена с одной стороны	95
Участки бровей со стороны висков отсутствуют	96
Односторонняя отвесная морщина над бровью	97
Часть III. О чем говорят щеки и виски	99
Впалые щеки	99
Впалость правой щеки	101
Впалость левой щеки	102
Слишком надутые или вялые щеки	103
Пигментация на щеках	105

6 ••• Узнай о своем здоровье по лицу

Резкая вертикальная складка, идущая от скулы до подбородка	107
Широкие и узкие скулы.	110
Мешки на скулах	110
Полные, пластичные или впалые виски	111
Сильно выступающая над кожей изогнутая височная артерия	112
Продольные морщины на висках перед ухом	114
Часть IV. Какие у вас рот и губы	117
Губы «бантиком», сложенные для поцелуя	117
Бледные и узкие губы	118
Лилово-синие губы.	119
Бледные губы	120
Сухие губы	120
Припухшая верхняя губа.	121
Узкая верхняя губа	122
Складки в уголках рта	125
Поперечная складка под нижней губой	127
Заеды в уголках рта	129
Вертикальная морщинка над верхней губой	130
Пузырьки на губах	131
Часть V. «Говорящий» язык	132
Белесый налет на передней части языка	133
Белесый налет на середине языка	133
Белесый налет на задней части языка	134
Желтый налет на языке	134
Покраснение кончика языка	135
Язык в трещинках, на кончике языка красное пятно.	136
Опухание всего языка	137

Язык покрыт белыми и красными пятнами, напоминающая клубнику	138
Сухой язык, покрытый многочисленными трещинками	138
Искривление складки у кончика языка	138
Изгиб складки в середине языка	139
Отпечатки зубов на языке	139
Дрожание языка	140
Часть VI. Присмотритесь к своему лбу	141
Толстая кожа на лбу, изрезанная глубокими морщинами	141
Вертикальные и поперечные морщины на лбу.	143
Коричневые пятна на коже лба у волос	146
Часть VII. Уши тоже «говорят» о многом	147
Бледные уши	147
Красные уши	148
Пунцовые уши	148
Очень толстая мочка уха	149
Глубокие складки на мочке уха	150
Слишком короткая дуга уха и выступ на ушной раковине.	151
Дуга ушной раковины чрезмерно выгнута назад и вниз	152
Верхний край уха распрявлен	153
Слабо очерченный край уха	154
Часть VIII. Диагностика по волосам	156
Медленный рост волос	156
Выпадение волос	158
Облысение полосами	159
Внезапное потемнение волос	160

Образование лысины или перхоти	160
Часть IX. Изучаем свою шею	161
Короткая шея	161
Длинная шея	161
Впадина у основания шеи не видна	164
Утолщенные вены на шее	165
Дряблость шеи под подбородком	166
Часть X. Исследуем свой подбородок	167
Углубление в центре подбородка	168
Вялый подбородок	168
Утолщение на участке ниже углов рта.	169
Выпуклости по обеим сторонам подбородка на челюсти	170
Припухлость подбородка	173
Часть XI. О чем расскажет нос	176
Аккуратный маленький нос.	176
Красный бугристый нос в прожилках	177
Синий нос.	178
Бронзовая окраска носа	180
Глубокая канавка на переносице	182
Поперечная морщина на переносице	184
Узкая спинка носа	185
Утолщенная спинка носа	187
Ноздри «смотрят» в стороны	187
Толстый кончик носа	188
Вдавленный кончик носа	189
Вертикальная насечка на кончике носа.	190
Слишком короткий нос	191
Послесловие.	192