

'보온'과 '멋'을 한번에 잡는 '비니' 스타일링

'비니'는 체온 유지는 물론 스타일까지 책임지는 패션 아이템이다. '비니'는 멋 안 낸 듯 멋스러운 늬코어룩이나 패션계를 강타한 레트로룩에도 안성맞춤이다. 비니 스타일링 방법을 '머니투데이'가 소개했다.

■ '레트로 패션'과 찰떡궁합

비니를 가장 힙하게 소화하는 법은 바로 요즘 대세 '레트로 패션'에 비니를 매치하는 것이다. 특히 큼직한 로고, 레터링이 들어간 패션 아이템을 활용한 스트리트 패션에 비니를 눌러써보자.

옷이 화려하다면 비니는 간결한 것을 선택해야 스타일 균형이 맞는다. 박시한 타이포 장식 티셔츠와 레트로 트랙 재킷, 로고 티셔츠엔 블랙 비니를 매치해도 좋고 조금 더 포인트를 주고 싶다면 가벼운 레터링이 들어간 비니를 선택해도 좋다.

■ 트렌디한 '퍼 아우터'와 매치

요즘 핫한 '퍼 아우터'로 확실한 포인트를 더하고, 여기에 어울리는 비니를 매치하면 금세 사랑스러운 룩이 탄생한다.

'테디베어 코트'라고도 불리는 풍성한 시어링 코트나 페이크 퍼 재킷과 비니를 매치하면 포근하고 귀여운 느낌을 낼 수 있다. 시어링 코트의 알록달록한 컬러와 소재만으로도 충분히 포인트가 되기 때문에 비니는 코트와 어울리는 컬러로 간결한 디자인을 선택할 것. 코트 속에 입는 옷 역시 지나치게 화려하지 않은 것을 입는 것이 좋다.

■ 비니로 컬러 '포인트' 더해봐



러운 스타일링이 가능하다.

■ 자연스러운 룩을 원한다면?

비니엔 도전해보고 싶지만 컬러 비니는 부담되는 스타일 초보라면 '블랙 비니'를 선택하자.



룩에 블랙 비니를 매치해도 멋스럽다. 블랙 비니는 베이지 컬러, 데님 소재와도 시크하게 어우러지니 함께 믹스 매치해보는 것도 좋다.

블랙 앤 화이트에서 한발짝 더 나아가고 싶을 땐 톤을 활용한 스타일링에 도전해보자.

같은 색 내에서 밝기를 달리하는 '톤 온 톤 스타일링'을 연출하거나 톤이 유사한 다른 색 아이템을 믹스매치하면 멋스럽다.

카키색 트렌치 코트에 코트와 톤이 유사한 버건디색 비니를 매치하면 '톤 인 톤 스타일링'이 완성된다.

컬러 비니를 선택하면 평소 입는 패션에 가장 쉽게 비니를 매치할 수 있다.

차분한 컬러로 연출한 데일리 캐주얼룩에 통통 튀는 컬러 비니를 쓰기만 하면 끝. 컬러 비니만 준비하면 누구나 따라할 수 있는데다 멋스

블랙은 어떤 컬러와도 잘 어울리는데다 어두운 머리카락과 자연스럽게 어우러져 연출이 비교적 서투르도 자연스러운 스타일링이 가능하다.

올블랙룩에 비니까지 블랙 컬러를 선택해도 좋으며, 블랙 앤 화이트

■ 알고계셨나요?

* 여성이 꼭 알아야 할 상식 *



◆ 진한 차를 삼가야 한다.

진한 차에는 카페인도 비교적 많이 들어 있는데 이것이 신경과 심혈관을 자극하여 사람을 흥분시키고 대사를 빠르게 해서 생리통이 생기고 생리 기간이 길어지며 생리량이 많아지게 된다. 또 진한 차 속의 타닌산은 장에서 철분과 결합하여 침전됨으로써 철분의 흡수를 방해하고 철분 결핍으로 인한 빈혈을 일으키기도 한다.

임신중에 차를 마시면 태아의 영양과 발육에도 영향을 미치는데, 젖을 먹일 때 차를 마시면 카페인이 젖을 통해 아이의 체내에 들어가서 아기를 흥분시키거나 울린다.

◆ 독한 술을 삼가야 한다

여성이 술에 대해 일으키는 심리적 또는 생리적 반응은 남성과 다르다. 생리적으로 여성이 남성보다 지방이 많지만 체액이 적기 때문에 알코올이 여성의 혈관에 들어가면 수분에 의한 희석이 부족해서 혈중 알코올 농도가 더 높아진다. 그러므로 여성이 알코올로 인해 받는 해독은 남성보다 더 심하다.

◆ 너무 무거운 것을 들면 안 된다

여성은 신체 구조상 무거운 짐을 드는 데에 적합하지 않다. 여성의 자궁은 자궁 인대와 골반의 근육이 지탱하고 있는데 이때 무거운 것을 들면 압력이 골반의 아래로 전달되어 골반의 근육이 손상을 입기 쉬우며, 이는 출산 후 자궁의 이탈을 유발하기 쉽다.

오문목 가정의학과 비뇨기과
IPMG Irvine Professional Medical Group

Michael Oh, MD, PhD
Member of American Academy of Family Practice
Board of American Family Medicine
Doctor of Philosophy of Urology
Member of American Urological Association
Board of Korean Urological Association
Clinical Professor of Chungang University

미국 가정의학과 전문의
13년 경력 비뇨기과 전문의 **오문목** 박사

- 대한민국 최초 전립선암 동위원소 삽입 수술 성공(Brachytherapy)
- KBS 9시 뉴스, SBS 8시 뉴스, KBS 아침을 달린다 출연
- 성애병원 진료부장, 비뇨기과 과장
- 중앙대학교 비뇨기과 외래교수
- UC San Diego Research Fellow
- UC San Diego Exchange Professor

각종 의료보험 / 교통사고 보험
HMO / 메디케어

스페셜 여드름 치료

여드름 치료는 그 시기와 치료방법이 중요합니다

누가 어떻게 치료하느냐에 따라 결과는 큰 차이를 가져옵니다. 치료시기를 놓쳤거나 잘못된 치료를 받아 세균이 침입하여 염증이 커지고 피부조직이 파괴되면 여드름 흉터가 남습니다. 흉터의 상태에 따라 개별적인 치료가 필요하며 레이저 치료 및 복합처방에 따라 치료후 확실하고 꼼꼼한 재생관리 프로그램을 통해 피부 재생력을 극대화할 수 있습니다.



20년의 임상 경험으로 Dr. Oh만의 탁월한 레이저 + MRF시술 및 메디컬 처방으로 많은 사람들이 그 효과를 보았습니다.

*시술후 외출 및 세안, 메이크업도 가능합니다.

포경수술

레이저 포경수술: 레이저는 순식간에 고온으로 표피의 세포를 태워서 절개하므로 출혈이 적고 수술시간을 줄일 수 있는 장점이 있습니다. 수술후 일상생활을 하는데 큰 지장이 없으며, 간편한 극소 마취로 30분이면 시술이 가능합니다.

* 이민국 신체검사 지정병원

3500 Barranca Pkwy Suite 330, Irvine, CA 92606
Fax. 949.809.9514 irvinefm@gmail.com

