

지금은 머리 땋기 좋은 계절



땋는 스타일에 따라 다양한 분위기를 낼 수 있는 브레이드 헤어. 머리 땋기 좋은 계절을 맞아 브레이드 헤어 스타일링을 '코스모폴리탄' (cosmopolitan.co.kr)이 소개했다.

■ 청순하고 내추럴하게 하나로 땋기

목덜미에서 시작해 느슨하게 하나로 땋아내린 뒤 묶어 고정하면 자연스러우면서도 여성스러운 분위기가 한층 배가된다. 더욱 내추럴하게 연출하려면 흘러내리듯 앞머리와 양 옆머리를 충분히 내어두는 것도 좋은 팁이다.

■ 보일 듯 말 듯 베이비 브레이드

땋지 않으면서 포인트로 딱! 머리 전체를 땋는 게 부담스럽다면 부분 부분 얇게 땋아 포인트를 더해보자. 마치 더듬이처럼 앞머리를 얇게 땋아 내린 룩이나 위치와 굵기 모두 랜덤으로 연출해 개성 넘치는 분위기를 살린 룩이 좋은 예이다. 비비드한 컬러의 실이나 직물과 함께

땋아도 유니크하다.

■ 초보자도 가능! 버블 브레이드

필요한 건 오직 머리끈 몇 개! 부분 부분 띄어가며 여러 번 묶은 버블 브레이드는 초보자에게 강추. 포니테일, 양갈래 모두 잘 어울리고 머리를 푸른 뒤 양 앞머리에만 연출해도 스타일리시하다.

■ 땋기의 정석, 트윈 브레이드

양갈래로 땋아 내리는 트윈 브레이드는 촘촘하게 땋으면 경쾌하고 밝은 분위기를 낼 수 있고, 볼륨을 살려 루즈하게 땋아내리면 여성스러운 룩이 연출된다.

■ 모자랑 매치해도 잘 어울려

브레이드 헤어 스타일링 응용편! 어딘지 미묘한 것 같다고? 그렇다면 다양한 브레이드 스타일에 모자를 매치해 보자.

사진=코스모폴리탄

■ 알고계셨나요?

여성이 꼭 알아야 할 상식

■ 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 후의 자궁의 이탈을 유발하기 쉽다.

■ 진한 차를 삼가야 한다

진한 차에는 카페인과 티닌이 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.

COVID-19 PCR 음성 확인서 (PCR & RAT)

\$60

PCR(건강보험/메디케어/메디칼 소지자)

48시간 이내 검사 결과서 발급!

한국의 검역 기준이 변경되어 기존의 PCR 음성확인서와 더불어 Antigen 신속항원검사도 인정하고 있습니다.

PCR 검사는 출발일 48시간 이내 검사해야 하고 신속항원검사는 출발일 24시간 이내입니다.

PCR 검사는 출발일 하루 전에 음성확인서를 받고 백신접종 QR CODE 까지 모두 준비한 후 출발 당일 여유있게 공항으로 가시면 됩니다. 시간이 촉박한 분들을 위해서 신속항원검사도 2-3시간 안에 음성확인서 발급해 드립니다.

전문가용 신속항원 검사 (Rapid Antigen Test)

신속항원검사에 대해서, 집에서 혼자 테스트하는 자가검사키트도 인정되는 것으로 혼동하시는 분들이 많은데, 한국 질병관리청에서 인정하는 것은 전문가용 신속항원검사로 국한되고 의사나 검사기관에서 발급받은 음성확인서가 있어야만 합니다.

캐롤 박 (213) 999-1633 (OC)
6281 Beach Blvd., #19, Buena Park, CA 90621
제시카 고 (213) 503-6196 (LA)
3388 W 8th St., #207, Los Angeles, CA 90005



Light Chain Bio, Inc.