

<<20几岁小美女的养颜经>>

图书基本信息

书名：<<20几岁小美女的养颜经>>

13位ISBN编号：9787122080561

10位ISBN编号：7122080560

出版时间：2010-6

出版时间：化学工业出版社

作者：喧轩

页数：208

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<20几岁小美女的养颜经>>

### 内容概要

本书从作者的第一视角出发，广泛收录了作者本人、身边朋友、日本韩国的美容顾问的意见，内容主要分为基础护肤、加强型美容、防止皮肤衰老保养、护肤美容产品选择、常见美容误区、容易忽视的美容部位、饮食调理、特别问题攻略、特别制定专栏这9大方面，从基础出发，让你完全脱离以往错误的护肤观念，重新重视自己平时一直忽略的美容问题，从现在开始，从头到脚变得美丽动人起来！

## &lt;&lt;20几岁小美女的养颜经&gt;&gt;

## 书籍目录

唤醒沉睡的美丽——一定要了解的个美容细节 美容菜鸟美容院受骗记 无可救药的粗大毛孔 每天都泛油的锃亮皮肤加 补水!补水!任何肤质都需要 不定期到访的痘痘驱除术 不外传的秘招——消除恼人的痘印 不口黑目良圈绝交 为什么使用眼霜会起“脂肪粒”? 过度美容让我变成了敏感皮肤 使毛孔扩张的美容方法不可取 用凉水洗脸是上上策 起泡?不起泡?明哪种洁面方式清洁更彻底? 发现了吗?自己洁面、护肤的根本性错误 大发现!皮肤的禾幞也可能随着季节改变 要经常使用化妆水来补水? 这可是大误会呀! 雪白的皮肤是我整张脸唯一可以炫耀之处 好好按摩,拯救恐怖的松弛 晒伤后立刻镇定皮肤,能将对皮肤的损伤降低到最小 色斑和雀斑的区别 朋友使用的祛斑小妙招 专柜小姐说的只可听信一半 广告效应的可信度 知名品牌VS小品牌 高级化妆品年轻的时候不能使用吗? 婴幼儿护肤品和自己做的化妆品比市面上的好? 熬夜是美容的大敌 我每天都睡小时,为什么皮肤还是很糙? 面膜停留的时间越长效果越好? 讨厌精华液黏稠的感觉怎么办? 每天一个水果,内养外滋润 赶走压力做美人 每天小按摩,鼻梁挺直啦! 流汗排毒固然重要,但是也要小心汗水的再次污染 女人的精致是从汗毛开始的 宽待别人即是美丽自己,不要让自己成为“恶婆婆” 清淡的口味是皮肤保持美丽的重要原因 对皮肤有益和有害的食物 使用美目隐形眼镜明亮双眸 可以控油。

细腻皮肤的妆前产品 完美底妆 眉形和脸形的搭配 眼影的画法 不同肤色的自然眼影 浓密纤长的睫毛 自然的双目良皮 唇彩的画法 腮红 谁说我的身材不好来着?

——完美身材大作战 最大的自满便是小腰一直保持一尺九 肚皮舞,女性魅力UP!

身体像钢板一样硬的我也能练瑜伽 肥胖纹和妊娠纹可以消除吗? 懒人也能坚持的自创瘦身操 我想要个大咪咪 想要胸部变挺 正确地穿着内衣 听专业整形医师介绍丰胸手术 母乳喂养会让咪咪变形? 让臀部离开地球重心 上大学之前是个小驼背 总是担心背部的赘肉 我所苦恼的麒麟臂 春天是减肥的最好时机 警惕秋膘难减 浮肿导致的大象腿,却被朋友讥笑长胖了 形腿矫正 和体重计做好朋友 有效瘦身!!沐浴瘦身的方法 朋友如何生完宝宝还能保持产前的体态? 塑身衣真的可以塑形吗? 吸脂手术安全吗? 为什么会有“主妇手”? 手部保养的好办法 改善肘部的灰暗 我要永远己口岁——一身轻,到底有什么秘密?

妈妈现在皮肤还细嫩光滑的秘密 专业抗皱保养你真的需要吗? 我和岁的弟弟站在一起,被人认为是妹妹哟 容易泄露年龄的细节 惨痛的教训!忽略皮肤细节的严重后果 为了挽救法令纹,我花了年的时间 眼角细纹可是和我绝缘的! 减轻颈纹 让皮肤将保养品吃进去 丰富的表情是我保持岁样貌的秘密武器! 骨胶原,我们了解多少? 紧致皮肤的分钟按摩 补充胶原蛋白的鱼鳞冻 让皮肤年轻的维生素 虽然知道运动不足,但是 美容针,你敢打吗? 勇于接触时尚的信息,能让自己年轻岁 鼻子的整形手术 让异性对自己另眼相看——提升艾人魅力的个法则 干物女大测试 改变表情,让对方对自己过目不忘 经常微笑的人,异性缘也大大UP! 善于用眼睛向对方诉说 脱落的彩妆会影响异性对自己的好感度哦! 眼线、眼影晕染 唇妆 每天让别人看到的优雅,都是自己努力打造出来的 不同的异性关注的重点也会有所不同 善于倾听的女性更受欢迎 男性喜欢的发型大调查 学会从细节看男人 内调和外养一样重要——中医告诉你的美容秘方 来事之前肚子胀胀的,很难受 缓解痛经的一些推荐 每个月一次的地狱体验 排毒美人 花萼茶,让我像桃花一样娇艳 我的活力之源是每天一杯 银耳莲子羹 雪蛤可以尝试一下哟 当归是很好的活血之物 西洋参对很多人来说是进补的佳品 比起涂抹在脸上的,我更关注吃的 便秘时的紧急对策 花粉虽好也不要盲目进食 手脚不冷,血液循环才顺畅 饮食改善怕冷症 令人难以忍受的肩膀酸痛 精神补给品能让自己状态改变很多 工作上的烦恼和生活是分开的 小美女的足疗经 干物女也有精彩的生活 虽然我的头发不能称为乌黑的头发,但还是 柔顺光滑滴! 头皮屑多了就变成头皮“癌”? 盆浴很好地滋养着我们 白带会告诉我们关于自己的状况 滋阴不仅仅是用来说说的 保养好“秘密花园” 清洗问题 痔疮…… 召唤美丽救援队——学会“修补术”,美丽不尴尬 OL族的美容TIPS 学生族的美容TIPS 服务族的美容TIPS 户外族的美容TIPS 不伤害指甲的美甲乐趣 使背部光洁美丽 耳部过敏的苦恼 耳洞开裂 颈部后面瘙痒 鼻子周围又红又干 秃顶? 腋下流汗并且有异味 防止生理期的异味 让人害羞的足部粗糙 足部的异味 让人尴尬的口气 “v”形部位的修整 肛门周围的毛 秒钟,使自己瘦圈 遮盖粗壮的小腿 用指甲油将脚尖装扮得熠熠生辉 你如何看待鞋子呢? 和自己气质、目的一致的服饰让自己魅力加倍

<<20几岁小美女的养颜经>>

临时约会、赴宴的救援 运用色彩自我催眠 针对突发状况的分钟彩妆 使自己更成熟的秘诀 使自己小岁的秘诀 恐怖的上下班高峰期

## <<20几岁小美女的养颜经>>

### 章节摘录

插图：谁知道，刚洗完脸，美容顾问便说要做深层精华护理还是啥的（时间太久了，记得有些不是很清楚），于是我就同意了，然后人家就说那是要钱的。

后来我就问多少钱，具体有啥功效.....（之后细节推销内容省略2万5千字）那个美容顾问说的是口沫横飞，好几个口水点点都喷到了我的脸上，于是我就想，那就买了吧，反正买了之后她们说只要产品没有用完，就接着给咱免费美容=下次、下次的下次、下次的下次的下次.....都不收费——直至产品用完。

于是我就爽快地掏钱买了下来！

谁知道，精华液还没敷够20分钟，人家又说光敷精华液营养不能吸收，需要再买她们的滋润产品，只有这样，产品中特效的收敛毛孔的营养成分才能更好地起作用，毛孔才能更快缩小.....（之后细节推销内容再次省略2万5千字）于是我就想，既然买了，再买一件巩固一下疗效也是好的.....于是再次数了数荷包里的钱，咬咬牙、跺跺脚，掏了钱。

然后.....在不到1个小时的护理过程中，这个美容顾问就将俺当时一个月兼职的薪水骗了个精光！

## <<20几岁小美女的养颜经>>

### 编辑推荐

《20几岁小美女的养颜经》：美丽只存在于天生丽质？广告产品一定好用？专柜小姐的推荐永远正确？美容院一定比家里的美容效果好？如果你还这么认为，那么你就OUT了！

来吧！

美容雷区——避开浪费钱和精力的事情绝对不做！

是时候做自己的“美容大王”了！

“三分钟热度”也不怕没有银子和时间更不是问题避免臭美妞的美容错误从内而外，全面塑造美丽、迷人小妖精

<<20几岁小美女的养颜经>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>