

<<亮丽身体来自护理>>

图书基本信息

书名：<<亮丽身体来自护理>>

13位ISBN编号：9787534932120

10位ISBN编号：7534932122

出版时间：2005-1

出版时间：河南科学技术出版社

作者：实川久美子

页数：159

字数：150000

译者：王先进,池红

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>

<<亮丽身体来自护理>>

内容概要

你的生活方式决定了你的美丽程度。

所谓努力，不过是洗完澡以后抹保湿霜，注意睡眠和饮食等一些简单的小事罢了。

而当你开始当照自己的身体时，你的生活也开始变得有张有弛，你的身体状况也会有所好转，紧张情绪也随之消失。

要成为公认的美人，必须从每天的“小小的努力”做起。

不要忘了，人们从你精心护理的身体上不仅可以看到表面的美，而且可以通过它了解到你的生活方式

。

<<亮丽身体来自护理>>

书籍目录

教你如何变成美人 了解皮肤的构造 皮肤每天都在变 自己的护理方式真的没问题吗？
认清自己皮肤的类型 向皮肤科医生求助 本书的使用方法 面部护理 用洗脸刷能把脸洗得更干净吗？
化妆水和乳液的作用是什么？
粉刺久治不愈怎么办？
皮肤干燥起皮怎么办？
皮肤灰暗，看上去好像有病怎么办？
皮肤出现细小皱纹和松弛怎么办？
怎样消除黄褐斑和雀斑？
如何护理在海滨被太阳晒黑的皮肤？
怎样有效地防紫外线？
化妆品过敏怎么办？
可以自己刮脸吗？
应当怎样清理耳朵和鼻子？
冬天嘴唇起皮怎么办？
颈部出现皱纹怎么办？
怎样清理牙垢，预防龋齿？
怎样消除口臭？
嘴角下垂，影响笑容怎么办？
化妆用海绵需要清洗吗？
专栏 养成良好生活习惯，才能拥有健康肌肤！

头发护理 你的洗发方法正确吗？
梳头时需要注意什么？
头发分叉，断发增多怎么办？
发现白发怎么办？
染发和烫发对头发有伤害吗？
去海滨时，头发受到日晒怎么办？
去皮屑多怎么办？
脱发增多怎么办？
何谓斑秃？
专栏 电吹风的使用方法正确与否，决定头发的命运！

身体护理 手部和足部护理 最新医疗美容

<<亮丽身体来自护理>>

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>