

<<牛尔的爱美书 >>

图书基本信息

书名：<<牛尔的爱美书 >>

13位ISBN编号：9787544245364

10位ISBN编号：7544245365

出版时间：2009-10

出版时间：南海

作者：牛尔

页数：230

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>

## 前言

《牛尔的爱美书——天然面膜DIY》的成功，使我有了更多的原动力。

从世界各地读者的来信（电）之中，我知道许多人与我一样，发现自制保养品不仅节省了许多金钱，而且还使自己的皮肤状况变得更好；还有许多人开始将自制的保养品拿来与其他朋友分享，而且在分享的过程中结交到更多好朋友；甚至有许多从不保养皮肤的男性朋友了解自制保养品的乐趣之后，也开始动手DIY。

那一本“爱美书”是以基础清洁调理用品及面膜保养为主的，于是许多朋友问我：是不是连精华液、乳液、面霜、隔离霜等保养用品，都能够自制？

在以前，这个问题的答案是几乎不太可能，除非你拥有和保养品工厂一样的设备。

但是在保养品成分越来越精致的今天，这个问题开始有了肯定与乐观的答案。

<<牛尔的爱美书 >>

内容概要

爱美是女人的天性，好皮肤是美丽的根本。

保湿润泽、细嫩透白、紧致又没有皱纹的皮肤才能衬出你的一脸好气色。

每个人的肤质和体质不同，为什么每天认真保养，皮肤状态还是不如人意？

护肤的秘密在于关注每一个细节的全面保养。

在《牛尔的爱美书2：全面保养DIY》中，美容教主牛尔教你选择适合自己的精华液、保湿乳液、抗皱面霜、防晒隔离霜、眼霜，以及应对各种皮肤问题的面膜，对皮肤进行全面保养、细心呵护，效果迅速又持久。

《牛尔的爱美书2》出版后，持续位居金石堂、诚品、博客来畅销书排行榜榜首。

牛尔更是频频在《美丽俏佳人》《女人我最大》等节目中与观众分享护肤心得，是最红最热时尚综艺节目的首席指导教练，更是爱美女性最信任的美丽专家。

关注护肤的每一个细节，对皮肤进行全面保养，就能轻松变身爱美俏佳人。

## 作者简介

牛尔，水瓶座A型血的奇男子。

小时候因受母亲销售化妆品的影响，对保养品充满好奇心。

12岁开始使用保养品，并用厨房中的材料自行调制面膜使用。

医学院毕业后，便踏入美容界、至今已有十余年。

牛尔是最红的综艺节目《女人我最大》的主讲老师，拥有众多粉丝。

单凭“牛尔推荐”四个字就可以让任何一个品牌的任何一款化妆品脱销。

2009年，牛尔加盟《美丽俏佳人》美丽教练团，与众多爱美女性分享自己多年积累、总结的护肤保养心得。

## 书籍目录

让你更爱自己的脸如何使用本书准备工具机能保养篇精华液左旋C美白精华液玻尿酸保湿精华液胶原蛋白精华液维生素B5活肤精华液维生素E抗皱精华液基础保温乳霜清新无油保湿凝胶硅灵控油保湿乳  
 荷荷芭清透保湿霜甜杏仁保湿面霜橄榄保湿面霜鳄梨滋养保湿霜夏威夷核果油滋润保湿霜芝麻滋润活  
 肤霜自制芳疗保养品小秘诀抗老防皱面霜维生素A抗皱面霜小麦胚芽E抗皱面霜维生素E滋养防皱面霜  
 晚樱草油抗敏保湿霜绿茶橄榄抗氧面霜鲜奶玫瑰果弹力保湿霜尿素保湿柔肤面霜胶原蛋白紧致面霜玻  
 尿酸强效保湿霜维生素B5活肤保湿霜其他肌肤抗皱小秘诀芳疗护肤精露玫瑰橙花抗皱精露茉莉檀香保  
 湿精露甘菊薰衣草抗敏精露茶树杜松果战痘精露伊兰天竺葵平衡精露葡萄柚迷迭香塑脸精露柠檬永久  
 花美白精露防晒隔离霜硅灵清透防晒隔离乳绿茶抗氧防晒隔离霜古铜艳阳防晒霜芦荟系列保养品芦荟  
 保湿洁肤胶芦荟甘油保湿喷雾芦荟保湿精华液芦荟保湿凝胶芦荟保湿乳液（中油性肌肤）芦荟滋润面  
 霜（中干性肌肤）芦荟防晒隔离霜眼部保养食盐水眼部卸妆液甘草金缕梅眼袋调理彤接骨木橘子子亮  
 眼凝露金盏花舒缓保湿眼胶山金车眼圈淡化霜可可脂滋养抗皱眼霜其他美眼小秘诀唇部保养薄荷精油  
 护唇膏蜂蜡椰油护唇膏蜂蜜保湿护唇蜜维生素E防晒护唇膏红酒唇颊露面膜保养篇毛孔收缩面膜蛋白  
 收敛面膜洁牙粉毛孔紧致面膜酵母酸奶面膜青木瓜菠萝酶面膜苹果醋番茄收敛面膜小苏打软化粉刺面  
 膜嫩精净化毛孔面膜瘦脸紧肤面膜荷叶薏仁淋巴排水面膜马鞭草菩提花消肿面膜玉米须菊花消肿排水  
 面膜鱼腥草海盐消炎排水面膜绿茶橘皮纤容面膜海藻乌龙茶瘦脸面膜活颜亮采面膜当归姜茶活化面膜  
 红酒酵母蛋黄滋养面膜红枣人参亮采面膜月桂百里香亮颜面膜抗衰老活肤面膜番茄酱蛋白紧肤面膜草  
 莓鲜奶油滋润活肤面膜海带蜂蜜抗衰老面膜芝麻蛋黄敷面蜜银杏抗氧醒肤面膜抗敏舒缓面膜小黄瓜冰  
 镇面膜西瓜快速镇静面膜芦荟芹菜清新面膜甘草洗米水镇静面膜紫罗兰菩提花抗敏妍白面膜附录1 抗  
 菌剂使用须知附录2 天然植物油选购诀窍附录3 植物精油选择要点附录4 干燥植物（花草茶）选购诀窍  
 附录5 常见化妆品DIY问题的解答附录6 化妆品原料中英文对照索引表

章节摘录

插图：

编辑推荐

《牛尔的爱美书2:全面保养DIY》：持续位居金石堂、诚品、博客来畅销书排行榜榜首。  
《美丽俏佳人》《女人我最大》最红最热时尚综艺节目首席指导教练牛尔经典之作。  
轻松变身爱美俏佳人必备宝典。

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>